

Logoterápia és egzisztenciaanalízis – 2015

LOGOTERÁPIA
ÉS
EGZISZTENCIAANALÍZIS
2015

Logoterápia és Egzisztenciaanalízis
Nemzetközi Tudományos Egyesület (LENTE) – Kolozsvár
Logoterápia Alapítvány – Budapest

Az Erdélyi Magyar Filozófiai Társaság lapja
Kiadja a LIBROFIL – az EMFT kiadója
Megjelenik negyedévente Kolozsváron

Alapítási év 2009

VII. évfolyam 3. (17.) szám, 2015. különkiadvány

Főszerkesztő: Egyed Péter

Szerkesztőség: Bene Adrián, Nagy Réka, Rigán Lóránd,
Soós Amália-Mária szerkesztőségi titkár,
lapszámfelelős

Vendégszerkesztők: Sárkány Péter, Vik János

Szerkesztőtanács: Gál László, Horányi Özséb, Laczkó Sándor,
Losoncz Alpár, Seregi Tamás,
Mészáros András, Ungvári Zrínyi Imre,
Valastyán Tamás, Veress Károly, Zuh Deodáth

Korrektúra: Szabó Beáta

Levelezési cím: office@emft.ro

Szaklektorált kiadvány.

Támogatók:



Grafikai arculat: Gregus Zoltán

Műszaki szerkesztés: Metaforma Kft., www.metaforma.ro

ISSN 2067–2268

Tartalom

Az évkönyv szerkesztőinek előszava..... 9

TANULMÁNYOK

CSISZÁR Klára

Életmű Auschwitz után

Viktor E. Frankl élete és munkássága koncentrációs táborok
árnyékában, a logoterápia és egzisztenciaanalízis fényében..... 10

ELEKES Szende

Az öntranszcendencia fogalmának

interdiszciplináris megközelítése..... 19

VIK János

A logoterápia vallásfilozófiai és teológiai dimenziói:

Frankl és a teodicea-kérdés 35

BAKOS Gergely

Viktor E. Frankl és a filozófiai lelkigyakorlatok

Logoterápiai bevezetés a bölcséleti praxisba..... 62

SÁRKÁNY Péter

Az értelemközpontú egzisztenciaanalízis módszertana 83

BARCSI Tamás

Egy „halál-regény”

egzisztenciálfilozófiai és logoterápiai vonatkozásairól..... 105

Stephen J. COSTELLO

Logotherapy as Philosophical Practice 122

FORRÁS

Karlheinz BILLER – Maria de Lourdes STIEGELER
Viktor Emil Frankl
logoterápia és egzisztenciaanalízisének szótára (részletek) 154

PÁRBESZÉD

A logoterápia jövője. Interjú Alexander Batthyányval,
a bécsi Viktor Frankl Intézet elnökével (Vik János) 191

Értelemkeresés és nevelés
Kerekasztal-beszélgetés a logopedagógiáról (Kautnik András) .. 201

ELŐADÁSOK

ZSÓK Ottó
Viktor Frankl és a spiritualitás..... 218

HOMA Ildikó
„Csak a bolond remél...”
Vallásos neurózis vagy neurotikus vallásosság? 245

MŰHELY

ZSÓK Ottó
A „Sinnseelsorge”, vagyis az értelemföllelés
lelki gondozásának a fogalmáról
egy konkrét esettanulmány kapcsán 266

VISNYEI Emőke
Nem csak kenyérrel él az ember..... 287

TARTALOM

SZEMLE

Viktor E. Frankl:
Birkenwaldi szinkronizáció (Fenyő D. György)..... 298

Viktor E. Frankl:
Orvosi lelkipozítás (Kautnik András)..... 304

Wolfram Kurz:
Leben verstehen. Leben bestehen (Sárkány Péter) 307

Alex Pattakos:
Prisoners of Our Thoughts (Szilika-Iván Emőke) 311

A kiadvány szerkesztőinek előszava

A *Logoterápia és egzisztenciaanalízis* című kiadványt a kolozsvári székhelyű Logoterápia és Egzisztenciaanalízis Nemzetközi Tudományos Egyesület (LENTE) és a budapesti bejegyzésű Logoterápia Alapítvány évkönyveként indítjuk útjára. Tapasztalataink fényében állítjuk, hogy napjainkban tudományos kutatókat, egyetemi oktatókat és különböző területeken gyakorló szakembereket egyaránt inspirál Viktor E. Frankl életműve. Az élet értelmére irányuló kérdést Franklnak, orvosi és filozófusi minőségében, úgy sikerült gondolkodása és szakmai gyakorlata középpontjába helyeznie, hogy az általa alapított logoterápia és egzisztenciaanalízis ma interdiszciplinárisan kutatható és továbbfejleszthető szakirányként értelmezheti önmagát.

Ez az interdiszciplináris irányultság jellemző erre a kötetre is, hiszen az írások szerzői között találunk szakképzett filozófust, pedagógust, ugyanakkor pszichológus, szociális munkás, teológus és a vállalati felelősségvállalás (CSR) terén képzett szakembert is. Közös bennük az értelem- és értékközpontú gondolkodás iránti érzékenység, ill. az a beállítódás, hogy a frankli antropológia fényében tekintenek az emberre, akivel saját szakmájuk területén dolguk van. A kötetben szereplő anyagokat rovatokba rendeztünk, remélve, hogy a kedves olvasó – elméletet kutató vagy oktató, esetleg gyakorló szakemberként – könnyebben megtalálja a számára legrelevánsabb részeket.

Induló évkönyvünk interdiszciplináris elköteleződését húzza alá az az örvendetes körülmény is, hogy a *Logoterápia és egzisztenciaanalízis* az Erdélyi Magyar Filozófiai Társaság (EMFT) kiadójának gondozásában, a *Többllet* különkiadványaként jelenhet meg. Az EMFT és a LENTE élő társszervezeti kapcsolatának gyümölcse tehát ez a kiadvány.

Sárkány Péter
Vik János

TANULMÁNYOK

Csiszár Klára

Életmű Auschwitz után Viktor E. Frankl élete és munkássága koncentrációs táborok árnyékában, a logoterápia és egzisztenciaanalízis fényében¹

Kulcsszavak: *logoterápia és egzisztenciaanalízis, Viktor E. Frankl, életmű, Auschwitz, életértelem*

Röviddel azelőtt, hogy Amerika belépett a második világháborúba, értesítették Viktor Franklt, a bécsi Rothschild Zsidó Kórház neurológus főorvosát, hogy az Egyesült Államok konzulátusán átveheti amerikai vízumát. Bár Frankl évek óta várt a kivándorlást biztosító úti okmányra, mégsem jelentkezett érte. A hír hallatán ugyanis komoly benső vívódáson ment át: meneküljön a szabadságba, vagy maradjon Bécsben. Tudta: ha elutazik, Amerikában komoly karriert futhat be, semmi nem áll pszichiáteri hivatása útjában, ha azonban marad, annak beláthatatlan következményei lehetnek, különösen a háborús bizonytalanság és az elhatalmasodott zsidógyűlölet miatt. Tudta azt is: amíg ő az országban marad és főorvosként dolgozik, szülei vele együtt deportálási mentességet élveznek. Ha elhagyná az országot, szüleit kitenné a deportálás veszélyének. A menni vagy maradni kérdés kapcsán kétségek mardosták: egyrészt a hivatástudatából fakadó felelősség, másrészt szülei iránt érzett felelősségének érzete.

A megoldást otthon, a rádióasztalon megpillantott kódarab jelentette: édesapja délutáni séta közben a szétrombolt zsinagóga

1 A tanulmány első alkalommal megjelent az *Egyházforum* (keresztény közéleti-kulturális folyóirat) 2014/2–3. számának *Súlypont* című rovatában.

törmelékei között rátalált a Tízparancsolat kő táblájának egyik darabjára, amelyen rögtön felismerte a negyedik parancsolat jellegzetes héber betűjét. A dilemmával küszködő főorvos egyértelmű üzenetet vélt felfedezni a megtalált szent kődarabban: *Atyádat és anyádat tiszteld, hogy hosszú életű légy e földön!* Viktor Frankl Bécsben maradt, ezzel ideig-óráig megóvta szüleit a deportálástól.² 1942-ben aztán menni kellett: Theresienstadt, Auschwitz, Kaufering és végül Türkheim voltak Frankl életének borzalomállomásai.³ Családját elveszítette a koncentrációs táborokban, ő azonban csodával határos módon megérte a felszabadítás óráját, és Soá-tapasztalatával életművet teremtett, amely a szenvedő ember legerősebb akarateréjét szólítja meg a legnagyobb borzalmak között is: az értelem feltétel nélküli akarását.

Viktor Emil 1905. március 26-án született Bécsben a zsidó Frankl család második gyermekeként. Már a gimnáziumi évek alatt megismerkedett Wilhelm Ostwald német természettudós-filozófusnak, valamint Gustav Theodor Fechnernek, a kísérleti pszichológia megalapítójának gondolataival.⁴ Ezekben az években találkozott Sigmund Freud pszichoanalízisével is, Freuddal pedig már gimnazista korában rendszeresen levelezett. Alig tizenhét esztendő, amikor Freud megjelenteti az első Frankl-írást az *Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse*-ben. 1925-ben már inkább Alfred Adler individuálszichológiája foglalkoztatja, egyre inkább eltávolodik a freudi tanoktól. Az *Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie*-ben közzétett írásában a filozófia és a pszichológia közötti kapcsolatot taglalja, mégpedig a pszichoterápia értelem- és értékproblematikájának alapkérdései kapcsán.⁵

2 Lorenz, Wolfgang – Kratky, Julius: *...und trotzdem ja zum Leben sagen*. Film Alpha Österreich – ORF Produktion, 2001, 10:00–14:00 perc.

3 Zsók Ottó: A bécsi orvos-filozófus Dr. Med. et Dr. Phil. Viktor E. Frankl (1905–1997) rövid életrajza. In: Visky S. Béla (szerk.): *Az értelem élete – az élet értelme. A logoterápia időszerezése*. Egyetemi Műhely–Bolyai Társaság, Kolozsvár 2009, 11. (A továbbiakban Zsók.)

4 Batthyány, Alexander: Viktor E. Frankl élete és munkássága. In: Frankl, Viktor – Lapide, Pinchas: *Istenkeresés és értelemkeresés*. Párbeszéd, Budapest 2007, 95. (A továbbiakban Batthyány.)

5 Batthyány, 96.

Frankl 1926-ban használja először a „logoterápia” kifejezést. Düsseldorfban a nemzetközi individuálpaszichológiai kongresszuson a pszichikai konfliktusok gyógyítása esetében hangsúlyozza az ember szellemi dimenziójának fontosságát, amely logoterápiájának egyik alapgondolata marad, és amelyet 1933-ra egzisztenciaanalízis címszóval antropológiai alapokba ágyaz. Gyakorlati munkássága segíti elméleti felismeréseit. 1928-tól ifjúsági tanácsadással foglalkozik, 1930-tól pedig, felfigyelve a diáköngyilkosságok növekvő számára, diáktanácsadási akcióba kezd, melynek eredménye az lesz, hogy Bécsben évek óta először nem történik öngyilkosság bizonyítványosztáskor.⁶

Orvosi tanulmányait 1936-ban fejezte be. Pszichiátriai szakképesítéssel dolgozott Bécsben az egyetemi klinikán, ezután Marien-Theresien-Schlösslben, majd pedig a steinhofi pszichiátrián. Gyakorlati munkásságát mindvégig tudományos elméleti reflexió kísérte. Hivatásának középpontjába a szenvedő ember értelemkeresése került. 1938-ban megjelentette a *Pszichoterápia szellemi problematikájához* című tanulmányát, amely ekkor a frankli logoterápia és egzisztenciaanalízis egyik alapvető publikációja volt:

„Orvosi tanulmányai és olvasmányai során fölfedezi, megsejti és Scheler bölcséletének a fényében felismeri, hogy az ember több, mint ösztönlény, több, mint a hatalomra, illetve az érvényesülésre irányuló törekvés halmaza. Megérti, hogy az értelmes élet igénye az eredendő, az igazi, az ősi emberi jelenség.”⁷

A logoterápia és egzisztenciaanalízis történetében Viktor Frankl 1942 szeptemberében bekövetkezett deportálásával új fejezet nyílt. A koncentrációs táborban megtapasztalt borzalmak és az ember túlélési küzdelmei, az életet jelentő sikerek és halált hozó kudarcok nagymértékben meghatározták a harmadik bécsi pszichoterápiás irányzat kiforrását, melyen Frankl szabadulása után dolgozott. A felszabadítás után Frankl a koncentrációs táborban megéltokról így írt:

6 Batthyány, 96.

7 Zsók, 10.

„Amíg kilométereken át bukdácsolunk, gázolunk a hóban, [...] mindegyikünk csakis a feleségére gondol. Időnként felnézek az égre, most alusznak ki a csillagok, odébb egy sötét felhő mögül már pirkad a hajnal. De egész szellememet kitölti annak a személynek az alakja, akit korábbi, normális életemben soha nem ismert, hihetetlenül élénk fantáziával vetít elélem. A feleségemmel beszélgetek. Hallom, amint válaszol, látom, ahogy nevet, látom követelő és bátorító tekintetét, és tekintete – testi elevevénnyel vagy sem – jobban sugárzik, mint a most kelő nap. S akkor belém hasít egy gondolat: először életemben tapasztalom meg annak igazságát, amit oly sok gondolkodó élete végső bölcsességeként szűrt le s oly sok költő megénekelt: azt az igazságot, hogy a szeretet valamiképpen a legvégső és legmagasabb rendű valóság, amihez az emberi létezés feltornázhathatja magát. Most fogom fel a legvégsőnek és legrendkívülibbnek az értelmét, amit csak emberi költészet, gondolkodás és hit kijelenthet: a szeretetben és a szeretet általi megváltást. Felfogom, hogy az ember, ha már semmije nem maradt ezen a világon, mégis boldog lehet, még ha csak pillanatokra is, legbensőbb lényében odaadván magát a szeretett ember képeinek. Az elképzelhető legsivárabb külső körülmények között, olyan helyzetbe kényszerítve, amelyben képtelen magát valamilyen teljesítménnyel megvalósítani, olyan helyzetben, amelyben egyetlen teljesítménye a szenvedés – az egyenes derékkal viselt szenvedés –, az ember képes arra, hogy kitöltse magát a szeretett emberről a saját bensőjében hordozott szellemi kép szerető szemlélésével. Életemben először vagyok képes felfogni, hogy mit is jelent, ha az Írás ezt mondja: az angyalok boldogok a végtelen dicsőség szüntelenül szerető szemlélésében.”⁸

Gondolataiban megjelenő, első feleségével 1941-ben, tehát még a deportálás előtt kötöttek házasságot. Tilly Grossert ugyancsak a Rothschild Kórházban dolgozott, osztályos nővérként. Az 1942-ben deportált családtagok között ő is ott volt. A 35 éves Frankl a

8 Frankl, Viktor: ... *trozdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*. Kösel Verlag, München 2009, 65. (Zsók Ottó fordításában. In: Zsók, 11–12.)

sperlgassei gyűjtőponthoz csupán a logoterápia éppen elkészült fő művének, az *Orvosi lelkigondozás*nak a kéziratát vitte magával, egyik másolatát kabátja belsejébe varrva.

„Az események nyomása alatt, sejtve a fenyegető deportálást, Frankl készre írta a könyvet. Abban reménykedett, hogy legalább egy esély – ha csekély is – adódik, hogy a logoterápia kvintesszenciája fennmarad, ha már saját sorsa minden más volt, csak nem biztos. De ez a remény is szétfoszlott: Franklnak hátra kellett hagynia a könyvet 1944 októberében Auschwitzban.”⁹

1945-ben térhetett vissza Bécsbe, ahol elérkezett – ahogy ő nevezi – életének nullpontjához. Azt az érzést, amikor senkije és semmije nincs, de talán még egy halvány gondolat sem, amelyért érdemes volna tovább élni. Felesége és szülei, mint az számára visszatérése után kiderült (édesapja haláláról tudomása volt, hiszen utolsó napjaiban mellette lehetett a koncentrációs táborban), nem éltek túl a Soá borzalmait. Az egyetlen valamirevaló gondolat, amely a nincstelenséggel szembesült Franklt megmentette az öngyilkosságtól, a megélt szenvedés értelme és elvesztett logoterápiái fő művének rekonstruálási ötlete volt. Két gondolat mocorgott benne: mégpedig hogy a megélt és a túlélő szenvedésnek valami értelme kell legyen, valamint az alkotás gondolata, amelynek eredményeként 1946-ban kiadta a rekonstruált *Orvosi lelkigondozást*, amellyel tulajdonképpen megalapozta a logoterápiát és egzisztenciaanalízist mint a harmadik bécsi pszichoterápiás irányzatot. Ebben Frankl az „emberi értelem motivációját, szabadságát, méltóságát és felelősségét állítja a terápiás munka középpontjába”.¹⁰ Bestsellerként befutó következő műve sem váratott sokat magára. A ...*mégis mondj igent az Életre. Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábor* biográfiai beszámolója csaknem tízmillió példányban jelent meg (máig 150 kiadás látott napvilágot).

9 Batthyány, 100.

10 Batthyány, 101.

A nullponton túljutott tudós 1997-ben bekövetkezett haláláig folytathatta gyümölcsöző munkáját. 1946-tól a Bécsi Poliklinika idegosztályának vezető főorvosa volt 25 éven át, mindemellett a logoterápia professzoraként tanított a legnevesebb amerikai egyetemeken, 31 könyvet írt, melyeket 30 nyelvre fordítottak le, világszerte harminc egyetem tüntette ki a logoterápia és egzisztenciaanalízis alapítójaként díszdoktori címmel.¹¹ Életének örömeit és kudarcait (sőt még egyik díszdoktori kitüntetését¹² is) 1947-től nap mint nap megosztotta második feleségével, Eleonore Schwindttel, akivel közös gyermekük is született (Gabriele).

Életének egyik emlékezetes pillanata marad az a magánkihallgatás, amelyre 1970-ben VI. Pál pápa hívta meg a zsidó professzort katolikus feleségével. Önéletrajzában Frankl erre a találkozásra így emlékezik:

„Miután a pápa méltatta sikereimet, ezt mondtam: »Mások csak azt látják, amit elértem és kiharcoltam, illetve azt, ami sikerült nekem. Ám egy ilyen pillanatban úgy igazából tudatosodik bennem, amit még meg kellett volna tennem és amit még megtehettem volna, de nem tettem meg. Másképpen szólva: tudatosodik bennem, hogy mivel tartozom még a kegyelemnek, amely nekem, miután átléptem Auschwitz kapuit, még ötven évet ajándékozott.« [...] Így még azt kell elmondjam, hogy feleségem és én mélyen meghatottak voltunk VI. Pál személyiségétől. Németül köszöntött bennünket, majd olaszul folytatva, méltatta a logoterápia jelentőségét nemcsak a katolikus egyház, hanem az egész emberiség számára is. Kitért a koncentrációs táborban tanúsított példás viselkedésemre is, bár nyíltan megvallom, nem tudom pontosan,

11 Zsók, 12. Batthyány a frankli életrajzban 30 könyvet említ, melyet 32 nyelvre fordítottak le.

12 A 31. díszdoktori címet nem fogadta el, hanem kérte az egyetemet, ítéljék oda feleségének, akinek odaadó jelenléte nélkül nem érhetne volna el a tudomány terén mindazt, amit így elért. Az egyetem elfogadta a javaslatot, és díszdoktorrá avatta Frankl asszonyt. A díszdoktori cím átadására Frankl elkísérte feleségét a tengerentúlra. Lásd Klingenberg, Haddon: *Das Leben wartet auf Dich. Elly und Viktor Frankl*. Wien–Frankfurt am Main 2002, 422–423.

mire célzott. Amikor elbocsátott, újra németül beszélt hozzánk, és nekem, a zsidó idegorvosnak, szó szerint ezt mondta: »Kérem Önt, imádkozzon értem!« Bizony, felkavaró, megrendítő élmény volt ez a találkozás!¹³

A logoterápia és egzisztenciaanalízis nagy érdeklődésnek örvend a nemzetközi tudományos fórumokon. Különösen Amerika figyelt fel Frankl pszichoterápiás iskolájára. Módszereit, antropológiai alapelméletét, az értelemkeresés kapcsán elért elméleti és gyakorlati eredményeit számos tudomány átvette, és beépítette őket kutatásai, illetve gyakorlata célszerű és időszerű fejlesztésébe. Előszeretettel használja fel a logoterápia alap gondolatait az orvostudomány, a szociális munka, a pszichológia, a teológia, a gerontológia, a pedagógia, de még a közgazdaságtan is. Franklt mindenekelőtt korának problémái és törekvései érdekelték, és benne az ember. „Frankl üzenete – a személy méltóságába és a mégoly törekennyé vált lét értelmébe vetett feltétlen hite, valamint az egyén szabadságára és felelősségére való felszólítása, hogy minden helyzetben, legyen az látszólag bármilyen értelmetlen, a lehető legjobbat juttassuk érvényre – megszólította és ma is megszólítja az embereket, és annál hihetőbbnek hatott, mert Frankl ezt az üzenetet nemcsak egy részletesen kidolgozott és klinikailag alkalmazott pszichológiai modell keretei között hirdette, hanem szemmel láthatóan saját maga is élte.”¹⁴

1988-ban Bécsben a Rathausplatzon mondott beszédében a kollektív bűnösség ellen emelte föl szavát, kijelentvén: a bűn mindig személyes. Senki nem kiáltható ki bűnösnek azért, amit személyesen nem ő követett el, azért, amit a szülei vagy nagyszülei tettek. Vallja, hogy csupán két emberi „faj” létezik: a becsületes „faj” és a becsstelen „faj”. E két faj pedig végigvonul minden nemzetben, minden párton; még a koncentrációs táborokban is voltak becsületes és becsstelen fajhoz tartozó emberek. Baj akkor van – Frankl szerint –, ha a politikai berendezkedés a becssteleneket engedi hatalomhoz

13 Frankl, Viktor: *Was nicht in meinen Büchern steht. Lebenserinnerungen*. Quintessenz, München 1995, 102 (Zsók, 13).

14 Batthyány, 103.

jutni: „Ennek a rizikónak minden nemzet ki van téve, és ilyen értelemben minden nemzet képes a holokausztra.”¹⁵

Viktor Frankl 91 évesen, 1996 októberében tartotta utolsó előadását a bécsi egyetemi klinikán. 1997 júliusában feleségével aranylakodalmukat ünnepelték. Ezt követően, 1997. szeptember 2-án hunyt el Bécsben.¹⁶ Felesége elmondása szerint Frankl halála előtt is derűs maradt. A búcsúzás pillanatában ezt suttogta feleségének: „Elly, egyik könyvemet neked ajánlottam, és elrejtettem a lakásunkban. Ott majd meg fogod találni. Még egyszer szeretnék megköszönni neked mindent, amit életedben értem tettel.”¹⁷ Frankl asszony a neki dedikált könyvben ezt olvashatta: „Ellynek, akinek sikerült egy szenvedő emberből egy szerető embert formálnia – Viktor.”¹⁸

Viktor Frankl vallásos zsidó ember volt. A Bécsből elindult *Reformjudentum* szellemi örökségét képviselte, ezért az ortodox zsidók körében nem volt népszerű. Szívesen töltött időt kereső, szenvedő emberekkel, a humort terápiás módszernek is tekintette, gyakran viccelődött. Terápiás módszerként a paradox intencióban a humor gyógyító erejére apellált. Életére és munkásságára vonatkozó szellemi végrendelete így foglalható össze:

„Kövessük az élet felszólítását, hogy mindenütt, ahol csak tudunk, segítsünk a szenvedés enyhítésén, amennyire csak hatalmunkban áll. Minden helyzetben, amelyben az élet szólít, fel kell vállalnunk a felelősséget. A számunkra lehetséges maximumot kell megtennünk, hogy ez a világ jobb világ legyen.”¹⁹

15 Viktor Frankl 1988-ban mondott beszéde Bécsben a Rathausplatzon: <http://www.logobecker.de/viktor-e-frankl/rede-wider-die-kollektivschuld/>, 2015. 10. 04.

16 Batthyány, 103.

17 Klingenberg, 453 (Zsók 13–14).

18 Klingenberg, 453 (Zsók 14).

19 Klingenberg, 425 (Zsók, 15).

Abstract**Lifework after Auschwitz. The Life and Work of Viktor E. Frankl in the Shadow of Concentration Camps and in the Light of Logotherapy and Existential Analysis**

Keywords: *logotherapy, existential analysis, Viktor E. Frankl, lifework, Auschwitz, meaning of life*

The study presents several aspects of the life and work of Viktor E. Frankl before and after the Auschwitz experience. The main focus is on how the experience of the concentration camp defined his thinking and his works in the domain of logotherapy and existential analysis, developed after his return from Auschwitz. Furthermore, the study reveals the impact of his works on the international scientific communities.

Csiszár Klára szatmári születésű, Németországban élő pasztorálteológus, a bécsi egyetem privátdocense. Jelenleg Frankfurtban a Német Püspökkari Konferencia Világegyház és Misszió Intézetének (Institut für Weltkirche und Mission) tudományos munkatársa a jezsuita rend Sankt Georgen Filozófiai és Teológiai Főiskoláján (Philosophisch-Theologische Hochschule Sankt Georgen). Kutatási területe az egyház missziófogalma. Fontosabb publikációi: *Religion in Rumänien*. In: Porsche-Ludwig, Markus – Bellers, Jürgen (Hg.): *Religionen in den Ländern der Welt*, Bd. 1, Nordhausen 2012, 361–373.; *Távlatok és határok. A szatmári egyházmegyei zsinat eredményei és perspektívái a II. Vatikáni Zsinat tükrében. Keresztény Szó*, XXIII. Kolozsvár, 2012/10., <http://www.keresztenyszoz.katolikos.ro/archivum/2012/oktober/6.html>; *Építhető kapcsolatok víziója a határ túloldaláról. Egyházforum*, XXVI. (I.), Pécs, 2011/431–35.; *Dialog zwischen Vergangenheit und Gegenwart; Die kirchengeschichtliche Rezeption des Jesuiten-Erbes in der Diözese Sathmar (Rumänien) im 19. und 20. Jahrhundert. Studia Theologica Latina*, 2009/2., Cluj-Napoca, 2009, 99–123.

Az öntranszcendencia fogalmának interdiszciplináris megközelítése

Kulcsszavak: *öntranszcendencia, logoterápia, az élet értelme, pozitív pszichológia, neurológia, lelki egészség, proegzisztencia*

Bevezetés: valóban önző az ember?

A mai kor emberével kapcsolatban igen sokszor elhangzik a vád, hogy „önző”, „individualista” – különösen az európai és észak-amerikai kulturális közegben. Sokszor hallhatjuk, hogy a ma embere csak önös érdekeit, személyes előrehaladását nézi, ennek érdekében kész feláldozni személyes kapcsolatait is. Elég, ha a válások megnövekedett számára gondolunk az utóbbi évtizedekben – ezzel kapcsolatban sokszor elhangzik, hogy a házastárs a fogyasztói társadalom embere számára „konzumcikké” vált, és mihelyt már nem tölti be vágyait, lecserélhető. Ugyancsak az öncélú lét jelenségét támasztja alá a nyugati kultúrában egyre inkább teret hódító önként vállalt „szingli” életmód. Sokak szerint az a közösségi gondolkodás, kalákaszellem, amely évszázadokon keresztül magától értetődőnek számított az egyszerű emberek körében, mára már egyáltalán nem az.

Hogy a mai embert ért vádakra mennyi a valóságalapja, és mennyiben leegyszerűsítő általánosítások, jelen munkának nem célja eldönteni. Felvetődik a kérdés, hogy mennyiben felel meg ez a leírás az ember „igazi” természetének. Az ember alapvetően önző, individualista lény, aki csak saját (legfeljebb szűk környezete) boldogulására törekszik, és öncélúan hajszolja az élvezeteket? Ha ez így van, ez összecseng az ortodox evolucionista elmélettel, miszerint minden élőlény, az embert is beleértve, „túlélőgép”, és a látszólagos önzetlen viselkedés hosszú távú következményei szempontjából valójában leplezett önzés.¹ Akkor

1 Vö. Dawkins, Richard: *Az önző gén*. Kossuth, Budapest 2011.

mivel magyarázhatók az önfeláldozás azon történelmi példái, amikor emberek az életüket kockáztatták egy ügy érdekében vagy feláldozták idegen emberekért?² Hogyan válhat valami – egy ügy, egy feladat, egy személy – bizonyos esetekben magasabb rendűvé, mint a saját élet, a „túlélés”?

Jelen tanulmánynak nem célja az ember „igazi” természetének átfogó antropológiai vizsgálata és a kérdések maradéktalan megválaszolása. Csupán az individualista, önmagára irányult ember szemléletével szemben szeretnénk bemutatni egy ezzel ellentétes feltételezést. Eszerint az ember *legalább annyira* öntranszcendens, mint önző lény, alapbeállítottsága *nem* feltétlenül az öncélú élvezethajszolás, és *nem* önmagára irányul, hanem valakire vagy valamire, ami önmagán túlmutat.

Az öntranszcendencia fogalma a logoterápia és egzisztenciaanalízis megközelítésében

Az öntranszcendencia fogalmával elsőként Viktor E. Frankl munkásságában találkozunk. Az általa kidolgozott logoterápia és egzisztenciaanalízis egyszerre *filozófiai irányzat*, melynek alappillére az a feltételezés, hogy az élet egésze feltétel nélkül értelemmel bír, valamint értelemközpontú pszichoterápia, melynek háttérében az a motivációelméleti megközelítés áll, hogy az ember legmélyebb vágya, hogy értelmesnek lássa életét. Frankl filozófiájában ez az értelem *eleve adott*, az ember tehát nem létrehozza, csupán megtalálja, felfedezi azt. Az értelem mindig valami olyasmí, ami a *személyen kívül* található, tehát az ember önmeghaladás révén valósít meg értelmet – vagy egy munka, alkotási lehetőség, vagy a világ befogadása, a szeretet, csodálat megélése, vagy – ha már minderre nincs lehetőség – a szenvedéshez való viszonyulás módosítása révén.³

2 Elég, ha a 20. század egyik legekleatásabb példáját nézzük, és azokra a – nem kizárólag – hívő emberekre gondolunk, akik életüket kockáztatva rejtegettek saját otthonaikban üldözött zsidókat.

3 Frankl, Viktor E.: *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Jel, Budapest 2005, 267.

A logoterápia és egzisztencializis egy sajátos *emberképet* fogalmaz meg, melynek egyik alapja az ember szabadsága és felelőssége. Az embernek mindig van szabad játéktere, hogy így vagy úgy cselekedjen. Ugyanakkor a szabadság önmagában könnyen önkénybe csap át, ha nem társul felelősséggel.⁴ Ez azért is forradalminak számít, mert korának népszerű pszichológiai irányzatai – a pszichoanalízis és a behaviorizmus – az embert egy belülről vagy kívülről determinált lényként írták le. A pszichoanalízis szerint például az embert tudattalan ösztönkésztetési üzük. Frankl amellet érvel, hogy veszélyes az emberre zárt rendszerként tekinteni, amely önmagára irányul, mert csak azt vesszük észre, ami az ember belülről űzi (például az ösztönei), s nem látjuk meg azt, ami *kívülről* vonzza. Frankl számára a világ az értelemlehetőségek és értékek világát jelenti; szerinte ezek az igazi alapok, melyek az ember magatartását mozgatják.⁵ Az öntranszcendencia képessége a logoterápia megközelítésében arra vonatkozik, hogy az ember *nyitott a világra*: az értelem és az értékek azok a „cél-tárgyak”, amelyre az emberi jelenségek irányulnak.⁶ Frankl odáig megy, hogy kijelenti: az a pszichológia, amely tagadja az emberi egzisztencia öntranszcendenciáját, magát az egzisztenciát hamisítja meg.⁷

Az ember szabadsága és felelőssége mellett tehát az öntranszcendenciára való képesség a logoterápia legfontosabb antropológiai alappillére, azt jelenti, hogy „az emberi lét mindig túlmutat önmagán, valamire, ami nem önmaga [...] egy értelemre, amit érdemes beteljesíteni, vagy egy másik emberi létre, amellyel szeretettel találkozik”.⁸ A humanista pszichológia felfogásában az ember legmagasabb rendű szükséglete, hogy megvalósítsa

4 Az Amerikai Egyesült Államokban tartott egyik előadásában fogalmaz Frankl a következőképpen: „Ez is egyik oka annak, hogy javasoltam: a keleti part Szabadság-szobrának párját, egy Felelőség-szobrot állítsanak fel a nyugati parton.” (Frankl: *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*, 68.)

5 Frankl: i. m. 61.

6 Frankl: i. m. 62.

7 Uo.

8 Frankl: i. m. 157.

önmagát. A logoterápia továbbmegy ennél, és azt mondja, hogy az ember egy ügy iránti odaszánásban vagy egy személy iránti szeretetben – vagyis az öntranszcendencia révén – valósítja meg önmagát. Tehát minél inkább megfelelkezik magáról, feloldódik egy feladatban vagy egy személy iránti szeretetben, annál inkább megvalósítja önmagát. Az öntranszcendenciára való képességet jól illusztrálja a szem látásra való képessége. Rendeltetésénél fogva az egészséges szem nem látja önmagát, csupán a beteg szem észleli a szemlencse homályát.⁹

Az öntranszcendencia megnyilvánulhat a sorsszerű szenvedéssel szembeni beállítódásban is. A helyes tartással viselt szenvedés átalakítható valami pozitívba, teljesítménybe. Frankl úgy véli, a szenvedés akkor nyer értelmet, ha az ember transzcendálja azt, vagyis ha nem öncélú, hanem áldozathozatallá nemesül. Az öncélú szenvedés könnyen átcsúszhat mazochizmusba, szenvedésbe, míg a valami vagy valaki kedvéért vállalt szenvedés értelmet nyer.¹⁰ A transzcendált szenvedésre legmarkánsabb példát a vértanúk és hitvallók szolgáltatták, akik vállalták a halálig menő szenvedést egy magasabb eszméért, pontosabban egy nagy Valakiért.

A logoterápia számára mindezekből következik, hogy az élvezet, az öröm nem célozható meg közvetlenül. Normális esetben az ember számára soha nem a puszta élvezet a fontos, hanem az értelem. Az öröm mintegy magától bekövetkezik az értelem-megvalósítások következtében. Ezen összefüggés alátámasztása érdekében Frankl empirikus kutatásokra hivatkozik, amelyek kimutatták, hogy az élvezetet hajszolók körében magasabb az értelmetlenség érzése.¹¹ A logoterápia emberképe és jóllétfelfogása tehát ellentétes a bevezetőben felvázolt individualista, élvezethajhász ember képével, és rávilágít arra, hogy az ember akkor lesz boldog, ha magáról megfelelkezve a világban található értékekre és értelemlehetőségekre irányul.

9 Frankl: i. m. 158.

10 Frankl, Viktor E.: *A szenvedő ember*. Jel, Budapest 2012, 110.

11 Frankl: *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. 158.

Öntranszcendencia a pszichológiai kutatások tükrében Főbb megközelítések és mérőeszközök

A pszichológiai szakirodalom időnként a Frankléhoz hasonló, más esetekben némileg eltérő értelmezésekben használja az öntranszcendencia fogalmát. A következőkben a teljesség igénye nélkül megkísérelünk bemutatni néhány idevonatkozó elméletet és empirikus kutatást.

A Robert Cloninger által kidolgozott hétfaktoros személyiségmodell az első olyan elmélet, amely a spiritualitást a személyiség központi komponensei közé emeli. Cloninger öntranszcendenciának a személy egyfajta spirituális irányultságát nevezi, a világ valamennyi dolgával és az univerzummal való egységérzés megélését.¹² Cloninger úgy vélte, a személyiség, az én fejlődése három szakaszban megy végbe, amelyek illeszkednek az általa megjelölt karaktertényezőkhöz. A személy először önálló individuummá válik, ehhez kapcsolódik az önirányítottság kialakulása. A következő szinten kialakul az együttműködés képessége, amely révén a személy társas környezete szerves részévé válik. Végül, a harmadik szinten, a személy képessé válik az öntranszcendenciára, amely egyfajta egyesült tudat állapota, amelyben az én határai feloldódnak, és az egyén megtapasztalja, hogy egy nagy Egész részeként él.¹³

Cloninger és munkatársai személyiségmodelljük alapján kidolgozták a Temperamentum és Karakter Kérdőívet (TCI), melynek egyik dimenzióját képezi az Öntranszcendencia Skála. A skála tételei révén a szerzők úgy próbálják műveletesíteni az öntranszcendencia fogalmát, mint a dolgokba való belefeledkezés képessége (pl. gyakori flow-élmény), az én határainak feloldódása (másokkal szembeni fellelősségérzet és áldozathozatal), a spirituális elfogadás képessége (a racionális-materiális világon túli jelenségek elfogadása).¹⁴

12 Mirnics Zsuzsanna: *A személyiség építőkövei. Típus-, vonás- és biológiai elméletek.* Bölcsész Konzorcium, 2006, 77.

13 Mirnics: i. m. 77.

14 MacDonald, Douglas – Holland, Daniel: Examination of the psychometric properties of the temperament and character inventory self-transcendence dimension. *Personality and Individual Differences* 32 (2002), 1013–1027; Mirnics, 141.

Összegezve Cloninger elméletét, eszerint az öntranszcendencia egy *személyiségjegy*, a személyiség fejlődésének legmagasabb foka. Egy érési folyamat révén bontakozik ki, amely során a gyermekben először kialakul a jól körülhatárolt, féltve óvott én, ebből kifolyólag egy fiatal gyakran énközpontúnak tűnhet. Felnőttkorra az identitás stabilállá válik, majd az időskor fele haladva az énhatárok egyre jobban kiterjednek mások és a világ dolgai fele. Ebben a stádiumban a személy már nem fél attól, hogy elveszíti önmagát, énhatárai kitágulnak, kész „feloldódni” kapcsolataiban, élményeiben, képessé válik arra, hogy távolságot vegyen fel önmagával szemben. Hozzá kell tenni, hogy ez a természetes érési folyamat – akárcsak a vallásos hit fejlődése – egyéntől függően más-más ritmusban mehet végbe, felgyorsíthatják bizonyos jelentős életesemények (pl. vallásos tapasztalatok, betegség, veszteség), tehát egy fiatal ember is tanúsíthat magas öntranszcendenciát.

A pozitív pszichológia az öntranszcendenciával hasonló értelemben használja a *transzcendencia* fogalmát, ezért tartjuk fontosnak a megközelítés bemutatását. Chris Peterson, a Michigani Egyetem professzora kidolgozta a karaktererőségek tesztet, amely azóta a pozitív pszichológia egyik alapvető mérőeszközevé vált. A kérdőív az emberi erősségek, belső erőforrások egyik nagy kategóriájaként tartalmazza az (ön)transzcendenciát, mely Seligman szerint olyan „erősség, amely túlmutat rajtunk és összekapcsol valami nagyobb, állandóbbal: a többi emberrel, a jövővel, az istenivel, az univerzummal”.¹⁵ A transzcendencia kategória olyan készségeket foglal magában, mint a világban található szépség értékelése, hálaérzet, mely mindig csak egy magamon kívül található valamire vagy valakire irányulhat, a megbocsátás és a könyörület képessége. Emellett Peterson a transzcendencia fogalomkörébe sorolja a reményt és optimizmust, a pozitív jövőre irányultságot, a spiritualitást és az átfogó értelemben vetett hitet, végül a játékosságot és humort.¹⁶ Összegezve ezt a megkö-

15 Seligman, Martin: *Flourish – élj boldogan! A boldogság és jóllét radikálisan új értelmezése*. Akadémiai Kiadó, Budapest 2011, 266.

16 Frankl szintén úgy véli, hogy a humor elengedhetetlen ahhoz, hogy az ember némi távolságot tudjon felvenni önmagával szemben, és ha csak néhány másodpercre is, de felülemelkedjen bármilyen helyzeten.

zelítést, látató, hogy a kissé eltérő megnevezés ellenére hasonló jelenségről van szó: eszerint a transzcendencia egyes embereknek azon *képessége* vagy *erőssége*, hogy olyasvalamire irányuljanak, ami túlmutat önmagukon – legyen az a természet szépségének megcsodálása, a neheztelés elengedése a megbocsátás révén vagy az a hit, hogy az ember egy nagyobb egész része.

Egy harmadik érdekes megközelítés szerint Levenson és munkatársai az öntranszcendenciát összefüggésbe hozzák a *bölcsességgel és az érett szeretettel*. Szerintük az a képesség, hogy kimozduljunk énközpontú perspektívánkból és objektíven, ítélkezés nélkül szemléljük a világot, a bölcsesség alapvető komponense. Szerintük a bölcsesség a másokkal való együtt érző kapcsolat révén bontakozik ki.¹⁷ Erik Frommra hivatkozva a szerzők úgy vélik, az éretlen, énközpontú szeretet pontosan ellentétes azzal, amit öntranszcendenciának hívunk, az érett szeretet pedig azt jelenti, hogy a személy túllép narcisztikus igényein, és nem elsősorban kapni vagy birtokolni akar, hanem képes önmagáért szeretni a másikat. Levensonék elmélete összecseng Frankl nézetével, aki szintén úgy vélte, hogy a szeretet, a szerelem az egyik legjelentősebb öntranszcendens tapasztalat, amely során az énhatáraink kitágulnak, fellép a vágy az összeolvadásra a szeretett személlyel, és képessé válunk a teljes önátadásra. Levenson és munkatársai továbbá felhívják a figyelmet a kulturális kontextus jelentőségére. Úgy vélik, a nyugati típusú individualista kultúrák, különösen azok, ahol a versengés érénynek számít, megnehezíthetik az egyén számára az öntranszcendencia megélését. Ezzel szemben a kollektivistákultúrákban, amelyeket az emberek közti kölcsönös függés és egymásra utaltság jellemez, a körülmények inkább adottak az öntranszcendens tapasztalatokhoz. Két kutatásuk is megerősítette feltételezéseiket: az öntranszcendencia negatív összefüggést mutatott mind a versengő individualizmussal, mind az éretlen szeretettel.¹⁸

17 Le, Thao – Levenson, Michael: Wisdom as self-transcendence: What's love and individualism got to do with it? *Journal of Research in Personality* 39 (2005), 445.

18 Uo., 451.

Végül a téma másik két nagy úttörőjét az egészségpszichológia területén találjuk. Doris Coward és Pamela Reed elsősorban súlyos, krónikus betegek, valamint a velük foglalkozó ápolószemélyzet szempontjából vizsgálták az öntranszcendencia kérdését. Reed is úgy határozza meg az öntranszcendenciát, mint az én határainak kiterjesztése, az életperspektívák kitágítása. A fogalom „demisztifikálása” céljából, a konstruktum operacionalizálása érdekében dolgozta ki az Öntranszcendencia Skálát. A 15 ítemes kérdőív jó pszichometriai mutatókkal rendelkezik és serdülőkortól időskorig alkalmazható, egészséges és beteg vizsgálati személyeken egyaránt.¹⁹ A skála itemei például rákérdeznak arra, hogy milyen mértékben jellemző valakire, hogy altruista tevékenységeket folytat, bevonódik a közösség életébe vagy művészi, alkotó tevékenységekbe, megosztja életbölcességét másokkal stb.

Öntranszcendencia és lelki egészség

Reed azt találta, hogy az öntranszcendencia jelentős prediktora a lelki egészségnek: negatív összefüggést mutat a depresszióval, és pozitív összefüggést a rezilienciával, értelmességérzéssel, krónikus betegek esetén a mindennapi tevékenységek fenntartásával, szubjektív jólléttel és az életminőséggel.²⁰ Ezt árnyalja Cloninger és munkatársainak kimutatása, miszerint ha a magas öntranszcendencia-érték alacsony önirányítottsággal és együttműködéssel társul, idealista, szervezetlen, éretlen személyiséget eredményez, aki nem realiztikus célokat tűz ki maga elé.²¹

A Reed által kidolgozott öntranszcendencia-elmélet szerint különösen azok a személyek válnak képessé az öntranszcendenciára és tapasztalják a lelki egészségre gyakorolt pozitív hatását, akik szembesülnek saját sérülékenységgükkel, halandóságukkal egy

19 Reed, Pamela: Demystifying Self-Transcendence for Mental Health, *Nursing Practice and Research*. *Archives of Psychiatric Nursing*, Vol. 23, no. 5, 2009, 398.

20 Reed: i. m. 398.

21 Cloninger, Robert – Bayon, Carmen – Svrakic, Dragan: Measurement of temperament and character in mood disorders: a model of fundamental states as personality types. *Journal of Affective Disorders* 51 (1998), 24–25.

súlyos betegség, veszteségélmény vagy az időződés révén, vagy végigkísérnek másokat hasonló helyzetben. Az öntranszcendens irányultság tehát a beteg vagy idős ember számára jelentős *erőforrást* jelent.²² Reed kimutatta, hogy idős személyek esetén a magas öntranszcendencia-értékek erős összefüggést mutatnak a kisebb mértékű depresszióval és magányossággal, jobb hangulattal, a halálhoz való pozitívabb viszonyulással.²³ Egy longitudinális vizsgálatában azt találta, hogy az enyhén depressziós idős személyekkel folytatott csoportterápia képes fejleszteni a résztvevők öntranszcendens irányultságát és ezzel együtt segíteni az idősődéssel való megbékélést.²⁴ Reed úgy véli, az egészségügyben – és a segítő szakmákban – dolgozók egyszerre hozzájárulhatnak betegek ezen képességének kialakulásához, valamint saját magukban is kialakíthatják ezt a képességet.²⁵

Az öntranszcendencia egészséglélektani jelentőségét támasztják alá Doris Coward kutatásai is, aki egyaránt vizsgált súlyos betegeket és egészséges személyeket. Coward azt találta, hogy egészséges személyek esetén az öntranszcendencia erős összefüggést mutat a koherencia-érzéssel, önbecsüléssel, reménnyel, szubjektív egészségi állapottal, és valamivel magasabb a nők és az időskorúak körében.²⁶ Egy másik kutatásában Coward emlődagatanatos betegekkel folytatott csoportterápiás ülések céljául tűzte ki az öntranszcendencia, valamint az értelemtalálás előmozdítását. Úgy vélte, hogy a csoportterápia során megjelenő tapasztalatmegosztások, az egymásra figyelés, osztozás a közös sorsban az öntranszcendencia kifejlődését segítik a betegekben. Az alapállapothoz képest mind az öntranszcendencia, mind a szubjektív jóllét pontszámai enyhe növekedést mutattak a terápiás ülések végén.²⁷ Egy

22 Young, Christine – Reed, Pamela: Elders' perceptions of the role of group psychotherapy in fostering self-transcendence. *Archives of Psychiatric Nursing*, vol. IX, no. 6, 1995, 338.

23 Young – Reed: i. m. 340.

24 Young – Reed: i. m. 338–347.

25 Reed: *Demystifying Self-Transcendence for Mental Health*, 397–398.

26 Coward, Doris: Self-transcendence and correlates in a healthy population. *Nursing Research*, Vol. 45, Is. 2, 1996, 116–121.

27 Coward, Doris: Facilitation of self-transcendence in a breast cancer support group. *Oncol Nurs Forum* 1998 (1), 75–84.

másik esetben 107 előrehaladott emlődaganatos nő esetén mutatott ki összefüggést az öntranszcendens irányultság, valamint a szubjektív jóllét között.²⁸ Végül, de nem utolsósorban AIDS-es nők körében vizsgálta az öntranszcendens tapasztalatokat. Megkérte a vizsgálati személyeket, mondják el vagy írják le a betegség diagnózisát követő olyan élményeiket, amikor túl tudtak lépni személyes gondjaikon, és ennek eredményeképpen fokozottan tapasztalták a kötődést másokhoz vagy érezték értelmesnek életüket. A nők beszámolóiban több formában előjöttek az öntranszcendens tapasztalatok: az élet apró szépségeinek (pl. zene) élvezete, a gyermekeikkel töltött idő, AIDS-szel kapcsolatos közösségi tevékenységekbe való bevonódás, elmerülés az imádságban, Isten szeretetének elfogadása stb. Egyesek a betegségben lehetőséget láttak, hogy másokon segíthessenek prevenció jellegű figyelemfelhívás, felvilágosítás révén.²⁹

Az öntranszcendencia neurológiai korrelátumai

Az elmúlt néhány évtizedben megnőtt az érdeklődés a sokáig „megfoghatatlannak” tartott vallásos tapasztalatok, istenélmények neurobiológiai alapjainak feltárása iránt. Számos neuroimagingiztikai vizsgálat rámutatott, hogy a spirituális élményeket egy átfogó fronto-parietális-temporális ideghálózat aktivitása kíséri, bár az ok-okozati kapcsolatot a neurológiai, valamint a pszichológiai sík között nem sikerült tisztázni.³⁰

Andrew Newberg és Mark Walden neuropszichológusok kimutatták, hogy az imádságot, meditációt hosszú ideje gyakorlók – katolikus és buddhista szerzetesek – agyműködésében eltérések figyelhetők meg az egyáltalán nem meditálók agyi aktivitásával szemben. Vizsgálati eredményeik közül kiemelnénk, hogy az elmélyült meditáció során lecsökken a fali lebeny aktivitása, amely

28 Coward, Doris: The lived experience of self-transcendence in women with AIDS. *Clinical Studies*, Vol. 24, no. 4, 1994, 315.

29 Coward: i. m. 316–317.

30 Vö. Urgesi, Cosimo – Aglioti, Salvatore – Skrap, Miran – Fabbro, Franco: The spiritual brain: Cortical lesions modulate human self-transcendence. *Neuron* 65, 2010, 309–319.

a vizuális-téri tájékozódásért, fokozott éntudatért, önérzékelésért felelős. Az említett terület működésének csökkenését pszichés síkon az én határainak elmosódása, kitágulása, az éntudat csökkenése kíséri, és a személyek utólag beszámolnak arról, hogy egységben érezték magukat egy nagyobb Egésszel, Istennel vagy az univerzummal.³¹ Észre kell vennünk azonban, hogy egy ehhez hasonló spirituális élmény ugyanakkor egyben öntranszcendens tapasztalat is.³²

Egy átfogó olasz kutatásban, melyben egyaránt részt vettek neurológusok és pszichológusok, szintén rámutattak arra, hogy a fali lebeny bizonyos régiói képezik az öntranszcendens tapasztalat neurológiai vetületét. Urgesi és munkatársai megkíséreltek választ adni az ok-okozatiság kérdésére is. A Cloninger által kidolgozott kérdőív segítségével felmérték enyhe agydaganatos betegek öntranszcendencia-szintjét műtét előtt és után. Azt találták, hogy a tumor eltávolítását követően csökkent a fali lebeny hátsó területének aktivitása, és szignifikáns emelkedést mutatott a betegek öntranszcendens irányultsága.³³ Ugyanezen régiók sérülései tehetők felelőssé az olyan érzékcsalódásokért, mint a deperszonalizáció³⁴ vagy testintegritás identitásának zavara.³⁵

Akármilyen irányú is legyen az ok-okozati kapcsolat, az említett kutatások jelentősége abban áll, hogy rámutattak: a sokáig túl misztikusnak tartott spirituális és öntranszcendens élményeknek ugyanúgy

31 Vö. Newberg, Andrew – Wintering, Nancy – Waldman, Mark – Amen, Daniel – Khalsa, Dharma – Alavi, Abass: Cerebral blood flow differences between long-term meditators and non-meditators. *Consciousness and Cognition* 19 (2010), 899–905.

32 Mint láttuk, egyes megközelítések egymást átfedő fogalmakként használják a spiritualitást és öntranszcendenciát (pl. Cloninger elmélete), míg mások úgy vélik, az öntranszcendencia egy tágabb fogalom, amelybe beletartoznak a spirituális tapasztalatok (pl. Reed és Coward egészségpszichológiai megközelítése).

33 Vö. Urgesi – Aglioti – Skrap – Fabbro: i. m. 309–319.

34 Az az érzés, amikor a beteg úgy érzi, mintha elszakadt volna saját testétől, idegennek érzi saját élményeit, gondolatait, érzéseit.

35 A személyek úgy érzik, hogy egyébként egészséges végtagjuk nem tartozik a testükhöz.

megvannak az idegrendszeri korrelátumai, mint bármilyen pszichés jelenségnek. A kutatások alapján levonható a következtetés, hogy neurológiai szempontból az egészséges mértékű öntranszcendencia és a patológiás állapotok egy kontinuumon helyezkednek el: az agykéreg enyhe organikus vagy funkcionális változásai egészséges határokon belül tehetnek valakit hajlamosabbá az öntranszcendenciára, ugyanezen területek szélsőséges elváltozásai azonban az éntől és a saját testtől való elszakadás élményéhez vezetnek.

Teológiai kitekintés: öntranszcendencia és proegzisztencia

Miután megvizsgáltuk az öntranszcendencia fogalmát több tudományterület – a logoterápia és egzisztenciaanalízis, pszichológia, neurológia – megközelítésében, szeretnénk tenni egy kitekintést a teológia területére is az esetleges fogalmi párhuzamok feltárása érdekében.

Úgy véljük, a teológiai nyelvhasználatában a *proegzisztencia* fogalma fedi le legpontosabban az öntranszcendencia jelenségét. Heinz Schürmann teológus Jézusra vonatkoztatva használta a proegzisztencia fogalmát, az Ő „egész egzisztenciáját meghatározó másokért való létezésére”.³⁶ Jézus másokért való léte megmutatkozott irgalmas szeretetében, mélységes együttérzésében a szenvedők iránt, az elnyomottak iránti szolidaritásában, nyitottságában minden emberi lény iránt. Jézus proegzisztenciája istenkapcsolatában gyökerezik, az Istenben való életéből fakad.³⁷ Ebből következik, hogy az ember is, aki kapcsolatban van Istennel, az élet forrásával, képessé válik arra, hogy gazdagságát, életbölcességét megossa másokkal – képes az öntranszcendenciára.

A keresztény antropológia feltételezi, hogy az én nem létezhet *te* nélkül: „Amikor (az ember) rádöbben, hogy létezik a *te* [...] akkor ébred fel benne az én, a tovább nem osztható azonosság... Minden korban és minden vidéken feltör az énből egy alapvető

36 Kessler, Hans: Krisztológia. In: Schneider, Theodor (szerk.): *A dogmatika kézikönyve* (1. kötet), Vigília, 2002, 429.

37 Kessler: i. m. 429.

nyitottság, az önmagából való kilépés csábítása, amely a *te* irányába ösztökéli.”³⁸

Összegzés

Az áttekintett elméletek és kutatások némi eltérésekkel közelítik meg ugyanazt a jelenséget. Eszerint az öntranszcendencia megközelítéstől függően felfogható úgy, mint képesség (Frankl), erősség (pozitív pszichológia), személyiségegy (Cloninger) vagy erőforrás (Reed, Coward). Nem egy misztikus, megfoghatatlan jelenség, hanem kutatható, mérhető, és mint láttuk, ez irányban több próbálkozás is történt. Mint minden pszichés tapasztalatot, az agyműködés sajátos mintázata kíséri, amelyet sikerült kimutatni agyi képalkotó eljárások segítségével.

Végül ismét visszakanyarodunk a bevezetőben feltett – első-sorban filozófiai – kérdéshez: az ember alapvetően önző, individualista lény, aki csak saját boldogulását tartja szem előtt, vagy öntranszcendens lény, aki túlmutat önmagán? A kérdésre nem adható leegyszerűsítő válasz. A valóságot talán az a buddhista hagyományban gyökerező álláspont ragadja meg legjobban, miszerint az ember igazi természete egyszerre versengő és együttérző, de ennek az *együttérző természetnek* a felismerése, kibontakoztatása fejlődési feladata az embernek.³⁹ Úgy véljük, az öntranszcendenciára, önmeghaladásra való képesség legalább annyira az emberi természet sajátja, mint az egoista törekvések, mindig az adott egyéntől függ, hogy mennyire fogja ezt képességet kibontakoztatni, mennyire hasznosítja ennek gyümölcseit az életében.

38 Scola, Angelo: *Férfi+nő. A szerelem „súlyos” esete*. Szent István Társulat, Budapest 2006, 15.

39 Le – Levenson: i. m. 453–454.

Irodalom

- Cloninger, Robert – Bayon, Carmen – Svrakic, Dragan: Measurement of temperament and character in mood disorders: a model of fundamental states as personality types. *Journal of Affective Disorder*, vol. 51, is. 1, (1998), 21–32.
- Coward, Doris: Facilitation of self-transcendence in a breast cancer support group. *Oncol Nurs Forum* 1998 (1), 75–84.
- Coward, Doris: Self-transcendence and correlates in a healthy population. *Nursing Research*, Vol. 45, Is. 2, 1996, 116–121.
- Coward, Doris: The lived experience of self-transcendence in women with AIDS. *Clinical Studies*, vol. 24, no. 4, 1994, 314–318.
- Dawkins, Richard: *Az önző gén*. Kossuth, Budapest 2011.
- Frankl, Viktor E.: *A szenvedő ember*. Jel, Budapest 2012.
- Frankl, Viktor E.: *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Jel, Budapest 2005.
- Kessler, Hans: Krisztológia. In: Schneider, Theodor (szerk.): *A dogmatika kézikönyve* (1. kötet), Vigilia, Budapest 2002, 251–471.
- Le, Thao – Levenson, Michael: Wisdom as self-transcendence: What's love and individualism got to do with it? *Journal of Research in Personality* 39 (2005), 443–457.
- MacDonald, Douglas – Holland, Daniel: Examination of the psychometric properties of the temperament and character inventory self-transcendence dimension. *Personality and Individual Differences* 32 (2002), 1013–1027.
- Mirnic Zsuzsanna: *A személyiség építőkövei. Típus-, vonás- és biológiai elméletek*. Bölcsész Konzorcium, 2006.
- Newberg, Andrew – Wintering, Nancy – Waldman, Mark – Amen, Daniel – Khalsa, Dharma – Alavi, Abass: Cerebral blood flow differences between long-term meditators and non-meditators. *Consciousness and Cognition* 19 (2010), 899–905.
- Reed, Pamela: Demystifying Self-Transcendence for Mental Health, Nursing Practice and Research. *Archives of Psychiatric Nursing*, Vol. 23, no. 5, 2009, 397–400.
- Scola, Angelo: *Férfi+nő. A szerelem „súlyos” esete*. Szent István Társulat, Budapest 2006.
- Seligman, Martin: *Flourish–éjj boldogan! A boldogság és jóllét radikálisan új értelmezése*. Akadémiai Kiadó, Budapest 2011.
- Urgesi, Cosimo – Aglioti, Salvatore – Skrap, Miran – Fabbro, Franco: The spiritual brain: Cortical lesions modulate human self-transcendence. *Neuron* 65, 2010, 309–319.

Young, Christine – Reed, Pamela: Elders' perceptions of the role of group psychotherapy in fostering self-transcendence. *Archives of Psychiatric Nursing*, vol. IX, no. 6, 1995, 338–347.

Abstract

An Interdisciplinary Approach of Self-transcendence

Keywords: *self-transcendence, logotherapy, meaningfulness, positive psychology, neurology, mental health, proexistence*

The aim of this study was to present an interdisciplinary approach of self-transcendence. We supposed that not solely egoism, but self-transcendence as well is a basic characteristic of human nature.

As an anthropological concept, self-transcendence firstly appears in the logotherapy of Viktor Frankl and it refers to the ability of man to be open to the world: a meaning he can fulfill or a person he can love. Psychology refers to the concept in a similar meaning: in function of the given theory, it appears as an ability, strength, personal characteristic or resource. Research has shown that crucial life situations, like an illness, or the process of ageing can facilitate the development of self-transcendence. Many studies have shown a significant correlation between self-transcendence and indices of well-being.

In theology, the concept of proexistence can be compared with self-transcendence, referring to Christ's existence for others.

Elekes Szende 1988-ban született Sepsiszentgyörgyön. Pszichológus, tanársegéd a Sapientia Szerzetesi Hittudományi Főiskolán Budapesten. Mesteri tanulmányait Kolozsváron végezte a BBTE-n klinikai pszichológia és pszichoterápia szakirányon, valamint a Római Katolikus Teológia Kar pasztorális tanácsadás szakirányán. Kutatási területei: az értelmességérzés és a pszichológiai jóllét összefüggései, jövőkép és kapunyitási krízis fiatal felnőttkorban. Fontosabb publikációi: The Role of Experiencing Meaningfulness Related to Religious Faith in Physical Well-Being. *Studia Universitatis Babeş–Bolyai. Theologica Catholica Latina*. Issue no. 1/2011; A spirituális igényre adott válaszok napjainkban. *Keresztény Szó* XXIII. évf., 2012/4.; Az értelmességérzés, vallásos hit és szubjektív jóllét összefüggései időskorban, a lelkigondozás kontextusában. *Szociálpedagógia* II. évf.,

2014/3–4., 17–31; The relations of Meaningfulness, Religious Faith and Subjective Well-Being among Elderly People in the Context of Pastoral Care. *Studia Aloisiana* 5. évf. (2014/4.), 31–42; Homo patiens: a szenvedés értelmének kérdése a pszichológiai segítségnyújtásban. *Keresztény Szó* XXVI. évf., 2015/3., 7–11. Elérhetőség: elekes.szende@sapientia.hu.

Vik János

A logoterápia vallásfilozófiai és teológiai dimenziói: Frankl és a teodicea-kérdés

Kulcsszavak: *teodicea-probléma, antropomorfizmus, patodicea, teizmus, ateizmus, szenvedés, elméleti vita, gyakorlati megküzdés*

1. A probléma mint kiindulópont tisztázása

Nyilvánvaló, hogy a rendelkezésünkre álló keretek között nem tudjuk kimerítően tárgyalni a logoterápia vallásfilozófiai és teológiai dimenzióit érintő tematikát. Éppen ezért fókuszálunk arra az alapvető teológiai problémára, amelyet teodicea-kérdésként emleget a szakirodalom. Azért alapvető ez a probléma, mert a világban, illetve a konkrét személy életében tapasztalható rosszra és szenvedésre való tekintettel veti fel a mindenható és jóságos Isten létezésébe vetett hit racionális igazolásának a szükségességét. Álláspontunk szerint aktualitása van annak, hogy kortársaink közül sokan elméleti problémát vélnek felfedezni a teodicea-kérdés mögött. Szerintük úgy tűnik, hogy a következő három – istenhívők számára központi jelentőséggel bíró – kijelentés logikailag nem egyeztethető össze egymással: (1) Isten mindenható, (2) Isten jóságos, (3) és van szenvedés. A valláskritikus vagy istentagadó kortársak számára ugyanis egyértelmű, hogy egy mindenható Isten képes megakadályozni a teremtmények szenvedését, és egy jóságos Isten meg is akarja akadályozni azt. Mivel azonban létezik a szenvedés, nyilvánvaló, hogy egy ilyen Isten nem létezik. A teodicea-probléma tehát az ateista valláskritika szerint logikai ellentmondást foglal magában, amely számukra elégséges érv ahhoz, hogy tagadják Isten létezését, illetve hogy állítsák, illúzióba ringatja magát mindenki, aki hisz a mindenható és jóságos Isten létezésében.

Az istenhívő annak függvényében érzi ennek a problémának a jelentőségét, hogy miként viszonyul Isten létezése bizonyíthatóságának a kérdéséhez: ha Isten létezését az ún. istenérvek alapján minden kétséget kizáróan bizonyítottanak tartja, számára a teodicea-probléma csupán csak egy rejtélynek számít, amelynek a megoldása kívánatos lenne, de nem föltétlenül szükségszerű. Amennyiben viszont az istenérvek argumentatív erejét gyengébbnek tekinti – Kant és Hume kritikája óta a hittudomány is általában ezt az álláspontot képviseli –, az istenhívő törekszik megoldani a teodicea-kérdésben vázolt látszólagos logikai ellentmondást. Annak megoldhatatlansága ugyanis nyomós érv lenne amellett, hogy a mindenható és jószágos Isten létezésébe vetett hite téves.

2. Tárgyalja-e egyáltalán Frankl a teodicea-problémát?

Nem meglepő számunkra az a tény, hogy – a teljesség igénye nélkül végrehajtott – keresésünk során csupán csak két Frankl-műben találkoztunk a teodicea-kérdés kifejezett felvetésével: *A szenvedő emberben*,¹ valamint az *Istenkeresés és értelemkérdés* című műben.² Előbbi az 1949–50-ben Frankl által a Bécsi Egyetemen tartott előadások anyagából tevődik össze. Utóbbi pedig abból a több órás beszélgetésből keletkezett, amelyre 1984 augusztusában Bécsben, Frankl mariannengassei lakásában Pinchas Lapide vallásfilozófus és közte került sor. Amint erre Alexander Batthyány könyvismertetőjében utal, a beszélgetés magnófelvételeit, valamint az ezek alapján készült egyetlen fennmaradt kéziratot csak 2004 májusában fedezték fel Frankl személyes hagyatékában.³ Valóban állíthatjuk, hogy Frankl „tényleg ritkán nyilatkozott olyan őszintén és olyan részletesen saját vallási nézeteiről, mint ahogy itt”.⁴ Ebben a párbeszédjellegű könyvben „két kutató találkozik”, akik „egymással

1 Viktor E. Frankl: *A szenvedő ember. Patodicea-kísérlet*. Budapest 2012.

2 Viktor E. Frankl – Pinchas Lapide: *Istenkeresés és értelemkérdés. Párbeszéd*. Budapest 2007.

3 Alexander Batthyány: *Istenkeresés és értelemkérdés*. In: Viktor E. Frankl – Pinchas Lapide: *Istenkeresés és értelemkérdés. Párbeszéd*. 115–126, itt 115.

4 Batthyány: i. m. 118.

egyenértékű párbeszédre lépnek”, vagyis „nemcsak álláspontjukat fejtik ki kölcsönösen, hanem együtt új gondolatokat és elképzeléseket bontakoztatnak ki hosszasan, és egy éppúgy személyes, mint intellektuális barátság védett terében” vitára bocsátják azokat.⁵

Ez a mű egyértelmű bizonyítékként kezelhető arra az egyébként ismert tényre vonatkozólag, hogy „Frankl hívő ember volt; hogy az átélt sorscsapások hatására [...] sem adta fel hitét”.⁶ Ebben az összefüggésben fontos azonban az a megkülönböztetés, hogy például *A tudattalan Isten. Pszichoterápia és vallás* című művében Frankl pszichiáterként nyilatkozik, amikor a következőképpen ír, ápolva a párbeszédet vallás és a pszichiátria között: „...a vallást *emberi* jelenségnek tekintem, az emberi jelenségek legemberibbjének, azaz mint az értelem akarásának a kifejeződését. A vallás valójában úgy definiálható, mint »a *végső* értelem akarásának« beteljesítése”.⁷ Ezzel szemben a Pinchas Lapideval folytatott beszélgetésében, amikor „hitbeli gyökereihez való személyes kötődését mutatja be, már nemcsak mint pszichiáter és neurológus beszél, és nem is a logoterápia mellett szól, hanem önmaga nevében, a világegyetem értelmére irányuló vallási kérdés előtt álló magánszemélyként”.⁸

Összhangban azzal, amit Sárkány Péter *Viktor Frankl vallásbölcseletének alapvonalait* vázolja ír „az egzisztenciaanalitikusan értelmezett vallás” kapcsán, amely „mindig egy konkrét személy konkrét vallásosságaként jelenik meg mint szabadságának, döntésének és felelősségének igazi lehetősége”,⁹ ezt a nyomtatásban megjelent beszélgetést „két beszélgetőtárs mély barátságának személyes bizonyítékaként” kell tehát olvasnunk. Két olyan baráttal van itt dolgunk, „akik nem mindenkori hivatásbeli és akadémiai háttérük miatt, hanem annak ellenére beszélgetnek őszintén a vallás és a

5 Batthyány: i. m. 117.

6 Batthyány: i. m. 126.

7 Viktor E. Frankl: *A tudattalan Isten. Pszichoterápia és vallás*. Budapest 2002, 107.

8 Batthyány: i. m. 126.

9 Sárkány Péter: Viktor Frankl vallásbölcseletének alapvonalai. In: Viktor E. Frankl – Pinchas Lapide: *Istenkeresés és értelemkérdés. Párbeszéd*. 127–142, itt 137.

pszichológia határkérdéseiről, és eközben olykor meglepő és rendkívüli belátásokra jutnak”.¹⁰

3. Hogyan értelmezi Frankl a teodicea-kérdés mögötti problémát?

Az eddigi megkülönböztetések ellenére is valóban meglepő és rendkívüli az a szinte szenvedélyes mód, ahogyan Frankl az *Istenkeresés és értelemkérdés* című műben először szóba hozza a teodicea-kérdést: „Az, amit a teológiai irodalomban nem tudok elviselni, az az, ha az Úristennek előírásokat állítanak, ha egy teológus elmagyarázza, Istennek ezt vagy azt kellett volna megtennie, az Isten lényének nem felel meg stb. Ez nekem személyesen bosszúságot okoz.”¹¹ Vajon miért érinti ennyire érzékenyen Franklt ez a kérdés, miért mondja szó szerint azt, hogy „az egész teodicea amúgy is egy elbaltázott dolog”?¹² A hittudomány felől közelítve azt állíthatjuk, hogy Frankl itt – az ószövetségi Szentírás talaján álló, hívő magán-személyként – a teodicea-problémával való teológiai bánásmódnak azt a formáját teszi magáévá, amely úgy keresi a megoldást, hogy egyszerűen átértelmezi a problémát.

A probléma átértelmezése pedig itt azt jelenti, hogy a teodicea-kérdés nem elméleti probléma, hanem benne a szenvedéssel való konkrét gyakorlati bánásmód kérdésével találkozunk. Más szóval a teodicea-problémával kapcsolatos intellektuális-elméleti vita helyébe egyedül a szenvedés enyhítésére vonatkozó gyakorlati elköteleződésnek kell lépnie, mert a probléma elméleti megoldására tett minden kísérlet öndicsőítő, a valósággal szemben vak, cinikus stratégiának tűnik a szenvedéssel való megküzdés kérdésében. Aki ugyanis megnevezi annak okát, hogy Isten miért engedi meg a szenvedést, az a szenvedést kétségtelenül Isten akaratának tekinti. És így éppen az elméleti teodicea-kérdés akadályozza meg azt, ami az egyetlen hiteles reakciónak számít az istenhívő részéről: az önfeláldozó gyakorlati erőbedobás a szenvedés leküzdésére.

10 Baththyány: i. m. 126.

11 Viktor E. Frankl – Pinchas Lapide: i. m. 38–39.

12 Viktor E. Frankl – Pinchas Lapide: i. m. 39.

Hasonlóképpen, amikor Frankl a teodiceát mint antropomorfizmust elutasítja,¹³ mert az „az isteni emberivé tételével azonos”,¹⁴ következetes marad ahhoz a gyakorlati látószöghöz, amellyel a logoterápiában a „sorsszerűen szükséges”, mert kikerülhetetlen, és a „haszontalan szenvedés” közötti különbség kérdéséhez közeledünk.¹⁵ Ez utóbbi esetben a szenvedést meg kell szüntetni, hiszen csak a mazochista vállal szükségtelen szenvedést magára.¹⁶ Az előbbi esetben pedig nem azt firtatjuk, hogy „mi oka lehetett Istennek arra, hogy megengedje a szenvedést és a rosszat”, hanem – teodicea helyett – az ún. „patodicea”¹⁷ értelmében csak azt kérdezzük, hogy mi a szükségszerű szenvedés lehetséges értelme.¹⁸ A teodiceával szemben tehát – Frankl szerint – a patodiceában legfeljebb „Isten megkérdéséről van szó, de nem Isten megkérdőjelezéséről”.¹⁹

Megállapíthatjuk, hogy a patodiceában Frankl következetesen ott próbál elhelyezkedni, ahol világnézeti szempontból még nem válik el egymástól az istenhívő és az ateista szemlélet.²⁰ Ezért beszél egyrészt a létezés tragikus struktúrájáról, vagyis arról, hogy „az emberi lét a legmélyén és végső soron passió – az ember lényege az, hogy szenvedő legyen: *homo patiens*”.²¹ Másrészt ugyancsak ezért érvel az ún. „tragikus optimizmus” mellett,²² amely egyfajta derűlátás a szenvedés, a bűn és a halál mint tragikus triász ellenére. Frankl szerint ugyanis „tőlünk függ, hogy ezeket a dolgokat pozitívrá fordítsuk, hogy a szenvedést belső győzelemmé változtassuk, hogy a halandóságot mint felelősségteljes cselekvésre való ösztönzést fogjuk fel, és a bűn révén növekedjük azáltal, hogy mássá válunk,

13 Frankl: *A szenvedő ember*, 173.

14 Frankl: *A szenvedő ember*, 158.

15 Frankl: *A szenvedő ember*, 116.

16 Uo.

17 Frankl: *A szenvedő ember*, 173.

18 Frankl: *A szenvedő ember*, 116.

19 Viktor E. Frankl – Pinchas Lapide: i. m. 75.

20 Viktor E. Frankl: *Orvosi lelkigondozás. A logoterápia és egzisztenciaanalízis alapjai*. Budapest 2015, 272.

21 Frankl: *A szenvedő ember*, 107.

22 Viktor E. Frankl – Pinchas Lapide: i. m. 55.

nemesedünk”.²³ Mindez a „szükségszerű szenvedés lehetséges értelmébe beteljesítésének”²⁴ számít, hiszen a frankli antropológia értelmében „a legmagasabb szintű lehetőség az értelem beteljesítésére paradox módon a szenvedésben található, fakultatív, lehetőség szerinti, tehát nemcsak a szenvedés ellenére, hanem a szenvedésben, a szenvedés által”²⁵

Mindezen túl Frankl – mintegy a logoterápia világnézeti szemléssége zálogául – leírja, hogy „Isten léte, illetve nemléte egy-egy elgondolható lehetőség, de éppen csak lehetőség, s nem szükségszerűség”.²⁶ Vagyis ugyanannyi érv szól a lét végső értelmetlensége, mint végső, felettes értelmé mellett. Sem egyik, sem másik nem bizonyítható, hanem akár egyik, akár másik mellett egy „hitbéli döntés”²⁷ révén kötelezhetjük el magunkat.

Úgy tűnik tehát, hogy Frankl egyrészt számol annak elméleti lehetőségével, hogy vannak – talán nem is kevesen – olyanok, akik nem tudnak hinni a lét végső értelmességében, s valahogy számukra is nyitva akarja hagyni az egzisztenciaanalízist és logoterápiát mint az ember alapvető értelemkeresését megszólító átfogó eszmei rendszert. Másrészt viszont mintha Frankl magára is hagyná azokat, akik – talán éppen a világban tapasztalható mérhetetlen rossz és szenvedés miatt – nem tudnak hinni a felettes értelemben. Magára hagyja őket, mégpedig akkor, amikor szenvedélyesen elutasítja a teodicea-kérdést mint elméleti problémát, holott pontosan ennek az elméleti problémának a megoldhatóságától függ, hogy ésszerű opciónak tekinthető-e a felettes értelem létezése melletti „hitbéli döntés”. Ezt a szenvedélyes elutasítást értelmezhetjük persze úgy is, hogy Frankl a maga részéről – egzisztenciaanalitikai megközelítéséhez híven – „tárgyként” kezeli a vallás „elméletét”, s nem folyamatos reflexiót igénylő álláspontként. Az elmélet reflexiójának feladatát mintegy delegálja a vallásfilozófusnak, illetve a teológusnak. A továbbiakban éppen

23 Uo.

24 Frankl: *A szenvedő ember*, 116.

25 Viktor E. Frankl – Pinchas Lapide: i. m. 55.

26 Frankl: *A szenvedő ember*, 116.

27 Frankl: *A szenvedő ember*, 161.

ezért megpróbáljuk – kissé talán rendhagyó módon – körüljárni a teodicea-kérdés elméleti vonatkozásait is.

4. A szenvedés az ateizmus sarokköve? – vagy az istenhívő a vádlottak padján

Georg Büchner (1813–1837) *Danton halála* című drámájának harmadik felvonásában van egy jelenet, amelyben az egyik mellékszereplő, Thomas Payne fogalmazza meg a következő két mondatot: „Warum leide ich? Das ist der Fels des Ateismus”. Kosztolányi Dezső (1885–1936) fordításában ez magyarul így hangzik: „Miért szenvedek? [...] ez az ateizmus sarokköve”. Az idézett két mondat közvetlen szöveggörnyezetében találunk néhány gondolatot, amelyek elvezetnek bennünket a szóban forgó teodicea-probléma felvetéséhez. Thomas Payne előbb idézett hosszabb monológjában így szól fogolytársaihoz: „Csakis abban az esetben tudjátok Istent demonstrálni, ha kikapcsoljátok a tökéletlenséget [...] Tagadhatjuk a rosszat, de a fájdalmat nem tagadhatjuk; csakis az értelem tudja Istent bizonyítani, az érzelem fellázad ellene. A fájdalom legcsekélyebb rángása, még akkor is, ha csak atomnyi, végtől repeszi az egész teremést.”²⁸

Az idézett mondatok fényében az ateizmusra mint világnézetre úgy tekinthetünk, mint egy olyan épületre, amelynek sarokköve a szenvedés megtapasztalása. A kőfalak építését pedig a sarkoknál, a sarokkő elhelyezésével kezdik. A sarokkő biztosítja a fal egyenességét, illetve annak merevségét. Különösen ügyelni kell arra, hogy a sarkokra kerülő kövek és szomszédjaik szabályos módon kapcsolódjak egymáshoz. Úgy tűnik tehát, hogy a megtapasztalt szenvedésnek lényeges köze van ahhoz, ha valaki beköltözik az ateizmus világnézeti épületébe.

De kit is nevezhetünk ateistának? Ateista az, aki azt mondja: „Hiszem, hogy Isten nem létezik”. Az Efezusi levél ezt az *ateoi* szóval fejezi ki. Ennek jelentése: [azok, akik] *Isten nélküliek*.²⁹ Az isten-

28 Georg Büchner: *Danton halála* (ford. Kosztolányi Dezső). <http://mek.oszk.hu/00300/00340/00340.htm#d5313>, 2015. 10. 02.

29 Ef 2, 12.

hívó ezzel szemben a teista világnézetet vallja: „Hiszem, hogy Isten létezik”. Valahol a két világnézet között helyezkedik el az agnosztikus meggyőződés, melyet a következő mondattal jellemezhetünk: „Nem hiszem, hogy Isten létezik.” Az ateista – gyakran éppen a teodicea-probléma függvényében – érveket is hoz saját meggyőződése mellett: „Azért hiszem, hogy Isten nem létezik, mert ha Isten létezne, más lenne ez a világ. Ha Isten létezne, nem lenne vagy legalábbis nem lenne ilyen kimondhatatlanul sok szenvedés, mint amennyit nap mint nap tapasztalunk életünkben, a világban.”

Nem fér kétség ahhoz, hogy sokan vannak, akik éltek már át olyan életfázist, amelyben az előbbihez hasonló módon fogalmazták meg saját kétségeiket. Ha nem is adtak vagy adnak hangot meggyőződésüknek, de szívük mélyén érzik, hogy – bár talán szeretnének – mégsem tudnak átlépni az ateista világnézetet, lelkiismeretük nem engedi ezt meg nekik, mégpedig pontosan a túl sok szenvedésre való tekintettel. Olyan istenhívók is vannak – talán nem is kevesen –, akik külsőleg ugyan, valamilyen oknál fogva gyakorolják a vallásukat, bensőjükben azonban nem tudtak, tudnak túllépni az ateista világnézetet vagy az agnosztikus beállítottságon.

Hogy ismét egy, az irodalom világából vett példával éljünk: Rieux doktor, Albert Camus (1913–1960) *A pestis* című regényének főhőse mintegy megtestesíti azt az ateistát, akire az istenhívó is megilletődve, nagy tisztelettel tekinthet: Rieux doktor minden erejével küzd, harcol a teremtéssel, illetve felveszi a harcot a világban tapasztalható szenvedéssel szemben. De nem hisz Isten létezésében, és azt mondja, hogy ebben a világrendben, amelyet a halál határoz meg, jobb Istennek, ha nem hiszünk benne, s helyette inkább anélkül küzdünk a halál ellen, hogy szemünket az égre emelnénk, ahol ő hallgat. Vannak tehát ateista világnézetű emberek, akik a világban tapasztalható iszonyúan sok szenvedés miatt nem hisznek Istenben, mégis nagyon tiszteletreméltó életet élnek, úgy a hivatásgyakorlás, mint a családi élet terén.

De konkrétan mire gondol az ateista, amikor a szenvedésre hivatkozva érvel Isten létezése ellen? Szennvedéssel teli tapasztalatokra vagy észleletekre az ember életében: a fájdalomra, a kétségbeesésre, a gyászra, félelemre, éhségre, szomjúságra, az értelmetlenség érzésére stb. Gondolhat azonban általában véve a világban

tapasztalható rosszra. A rossz pedig vagy önmagában véve szenvedéssel teli, vagy azért rossz, mert szenvedést okoz. A filozófiai és teológiai hagyomány megkülönbözteti ebben a vonatkozásban a fizikai rosszat (*malum physicum*) az erkölcsi rossztól (*malum morale*). A fizikai rossz az, amit a természet okoz az embernek: betegségek, járványok, természeti katasztrófák stb. Erkölcsi az a rossz, amelyet emberek tudva és akarva egymásnak okoznak: gyilkosság, kínzás, csalás, hazugság stb. Ma már azt is tudjuk, hogy az egyértelműen megkülönböztethető fizikai és erkölcsi rossz mellett olyan rossz is van sajnos elég a világban, melyeket ugyan emberek okoznak, de nem föltétlenül tudva és akarva. Ilyen például az igazságtalanság és szegénység ún. szociális bűne vagy a környezetfüggő természeti katasztrófák. Mindezekre való tekintettel mondja tehát az ateista világnézetű ember, hogy ha Isten létezne, más lenne a világ.

De tényleg más lenne a világ, ha Isten létezne? – kérdez vissza az istenhívő.³⁰ Az így történő visszakérdezés persze már feltételez egy meghatározott belső magatartást a teista hívő ember részéről. Párbeszédre akar lépni az ateista világnézetű emberrel ebben a kérdésben, de nem úgy, hogy már az elején tudja, hogy mi lesz a dialógus eredménye. Sokkal inkább arra hívja „ellenfelét”, hogy mindketten egyfajta belső szabadsággal közeledjenek a szóban forgó kérdéshez. A „belső szabadság komponensei” pedig, az „(a) utonómia, életértelem, idő, hit”, valóban antropológiai jellemzőknek tekinthetőek.³¹ Ez a belső szabadság, melyet a tudományosság alázatának is nevezhetünk, a béketűréssel és az ún. intellektuális felelősséggel függ össze, s Karl Popper (1902–1994) gondolataihoz csatlakozva a következőképpen írható körül: Tévedhetek, neked igazad lehet! Vizsgáljuk meg közösen, hogy jelen esetben hogyan is áll a dolog.³² Tegyük fel hát, hogy Isten nem létezik, s ebben a tanulmányban vizsgáljuk meg közösen – teisták és ateisták együtt

30 Armin Kreiner: Warum Leid? In: Stephan Pauly (Hrsg.): *Glaubensfragen unsererer Zeit*. Stuttgart–Berlin–Köln, 77–90, itt 85.

31 Egyed Péter: A belső szabadságról. *Többllet* 2014/2., 41–63, itt 61.

32 Armin Kreiner, Párbeszéd és igazság viszonya az egyházban (ford. Vik János). In: Korpics Márta – P. Szilczl Dóra (szerk.): *Szakrális kommunikáció: A transzcendens mutatkozása*. Budapest 2007, 143–156, itt 145.

–, hogy tényleg más – rossztól, szenvedéstől mentes – lenne-e a világ, ha Isten létezne?

Mire vállalkozunk tehát, miután tisztáztuk a problémafelvetést, illetve a témafeldolgozás kiindulópontjait? Előbb nézzük azt, hogy mire nem vállalkozunk a rendelkezésünkre álló keretek között: nem vállalkozunk itt arra, hogy a szenvedés teológiájáról értekezzünk, s arra sem, hogy kimerítően tárgyaljuk az eddig elhangzottakat összefoglaló ún. teodicea-probléma megoldási kísérleteit.³³ S ha ezekre nem, akkor végül is mire vállalkozunk? Arra, hogy a vádlottak padjára állunk. S ha mi vagyunk a vádlottak, akkor ki a vád képviselője? Nem más, mint az ateista világnézet, illetve az ateizmus sarokköve, vagyis a világ mai, mérhetetlen szenvedéssel teli formája.

Azzal, hogy a vádlottak padjára állunk, mindenekelőtt arra szeretnék rámutatni, hogy az ateistával – a teodicea-probléma mentén – folytatott párbeszédben nem arról van szó, hogy Istent helyezzük a vádlottak padjára, s arra szólítjuk fel, hogy ő, a Teremtő igazolja magát a világban tapasztalható mérhetetlen szenvedés miatt. Arról sem lehet szó, hogy mi, istenhívők próbáljuk ügyvédként megvédeni Istent az ateizmus sarokkövével, a szenvedéssel szemben. Egyrészt azért nem kerülhet Isten a vádlottak padjára, mert ellentmondás lenne, ha az ateista olyasvalakit vádolna meg, akinek a létezésében nem hisz. Másrészt pedig szintén abszurd lenne, ha az istenhívő keresztény azt a lényt akarná megvédeni a vádlottak padján, aki – *per definitionem* – felülmúlhatatlan módon tökéletes.³⁴

33 Ezekre vonatkozólag utalni szeretnék két Kolozsváron megjelent munkára, melyek Visky S. Béla és Jitianu Liviu tollából származnak: Visky S. Béla: *Játék és alap. Teodicea-kísérletek a kortárs teológiában*. Kolozsvár 2006; Jitianu Liviu: *Szenvedés és krisztusi identitás. Gondolatok a szenvedésteológia margójára*. In: Bodó Márta (szerk.): *Örökérvényű igazságaink: emlékkönyv Jakab Gábor 70. születésnapjára*. Verbum, Kolozsvár 2008, 85–95. Ezenkívül felhívom a figyelmet egy másik tanulmányra is, melynek szerzője Patsch Ferenc magyar jezsuita, aki a Sapientia Szerzetesi Hittudományi Főiskola Filozófia Tanszékének tanára. Ez a tanulmány a *Vigília*-ban jelent meg: Patsch Ferenc: *A szenvedés: botrány és kegyelem. Keresztény gondolatok a rosszról, a teodicea határaitól és a hit hatalmáról*. *Vigilia* 2010/4. <http://www.vigilia.hu/2010/4/patsch.htm>, 2011. 11. 07.

34 Armin Kreiner: *Kein theologischer Luxus. Was steht beim Theodizee-Problem auf dem Spiel?* Herder Korrespondenz Spezial 2 (2011), 19–22, itt 20.

Canterbury Szent Anzelm (1033–1109) *Proslogion* című műve óta ugyanis valóban tudjuk, hogy Isten az a valami, aminél semmi nagyobb nem gondolható el, vagyis aki felülmúlhatatlanul tökéletes. A tökéletességnek ez a felül nem múlható foka az istenfogalom kapcsán magába foglalja azt, hogy Isten mindentudó, mindenható és erkölcsileg tökéletes. Ez az istenfogalom azért jó, mert először is nem tartalmaz belső ellentmondást; másodsor azért, mert nincs ellentétben egyéb meggyőződéseinkkel, egyszóval a világtapasztalatunkkal; harmadszor azért jó, mert olyan magyarázatot szolgáltat a mi emberi létezésünkre, amely képes megnyitni a valóság mélyebb dimenzióit számunkra, és amely egzisztenciális szempontból elérhetővé teszi az életet.³⁵

4.1. A vádbeszéd

Igen ám – szólal meg a vád képviselője –, de éppen itt válik az ateizmus szegletkövévé a szenvedés! Hiszen logikai ellentmondás van a teisták istenfogalma és a világtapasztalat között! A teodicea-probléma tehát elsősorban egy logikai probléma,³⁶ s nem seperhető le egyszerűen azzal a tárgyalás asztaláról, hogy a szenvedés végső soron egy maradandó titok (*reductio in mysterium*) – amint ezt a múlt század nagynevű katolikus teológusa, Karl Rahner (1904–1984) is tanította.³⁷ Ennek értelmében az istenhívő ember számára csak az a lényeg, hogy a gyakorlatban jól álljon hozzá a saját és mások szenvedéséhez, ill. hogy a szenvedés felfoghatatlanságával együtt végül is Isten felfoghatatlanságát fogadja el.

A fennálló logikai probléma – folytatja felszólalását a vád képviselője – azzal sem oldható fel, hogy a vádlott, vagyis az istenhívő hirtelen Isten szenvedéséről kezd el beszélni,³⁸ amint ezt az ismert

35 Armin Kreiner: Gott im Leid? Zur Theodizee-Relevanz der Rede vom leidenden Gott. In: P. Koslowski – F. Hermann (Hrsg.): *Der leidende Gott. Eine philosophische und theologische Kritik*. München 2001, 213–224, itt 216 sk.

36 Armin Kreiner: Die Leiden der Welt und das Theodizee-Problem. *Aufklärung und Kritik* 9 (2002) 127–136, itt 129.

37 Alexander Loichinger – Armin Kreiner: *Theodizee in den Weltreligionen. Ein Studienbuch*. Stuttgart 2010, 142–158.

38 Alexander Loichinger – Armin Kreiner: i. m. 121–140.

kortárs protestáns teológus, Jürgen Moltmann (*1926) is megteszi. El kell ismernem ugyan, hogy nyomós érvek nem szólnak az ellen, hogy például a keresztények – saját istenfogalmuk alapján – a velük együtt szenvedő Istenről beszéljenek, ezt a kérdést azonban nem ezen a tárgyaláson, hanem a krisztológiában kell eldönteni. Azt is el kell ismernem, hogy vigasztaló lehet a hívő keresztény ember számára, ha tudja, hogy az ő Istene felvállal minden emberi szenvedést. Engem viszont az a kérdés foglalkoztat igazán, hogy egy állítólagos mindenható Isten milyen alapon részesíti előnyben azt a lehetőséget, hogy együtt szenvedjen teremtményével, azzal a lehetőséggel szemben, hogy mindenhatóságánál fogva megszüntesse teremtményei szenvedését?³⁹ S ha a vádlott erre azt válaszolná, hogy az ő mindenható Istene szeretetből szenved vele együtt, akkor én erre azt mondanám, hogy ez igencsak furcsa szeretet. Gondoljunk csak bele, mindenhatóságánál fogva szeretetét megmutathatná abban, hogy megkímél a szenvedéstől, ő azonban elmulasztja ezt! Az elmulasztott segítségnyújtást nem lehet pusztán együtt-szenvedéssel igazolni!

Tisztelt vádlott, engedje meg tehát, hogy pontba szedjem azt a logikai problémát, mely véleményem szerint egy megoldhatatlan ellentmondást tartalmaz, s melynek alapján éppen ezért megalapozottan állítom, hogy a megtapasztalt szenvedés, ill. az ún. világtapasztalat ellentmond az Isten létezésébe vetett hitnek, és így az ateista világnézet épületének szegletkövévé válik:

1. alapfeltétel: a mindenható Isten *meg tudja* akadályozni a szenvedést.
2. alapfeltétel: az erkölcsileg tökéletes, vagyis a végtelenül jó Isten *meg is akarja* akadályozni a szenvedést.
3. Nos, épeszű ember nem tagadhatja: a világ mérhetetlen szenvedéssel van tele.
4. Számomra ebből az következik – zárja eszme-futtatását a vád képviselője –, hogy a mindenható és végtelenül jó Isten nem létezik.

Tisztelt vádlott! A vád lényege abban áll, hogy ön hívő keresztényként becsapja saját magát, vagyis esztelenséget követ el, amikor hisz a mindenható és jóságos Istenben. Ha az ön Istene létezne,

39 Kreiner: *Gott im Leid?* 222.

másként nézne ki a világ! Most pedig felkérem Önt arra, hogy tartsa meg védőbeszédét.

4.2. *A védőbeszéd*

A vádlott ezek után szólásra emelkedik:

Tisztelt jelenlévők, tisztelt vádképviselő! Az irracionális stigmájával állok én itt önök előtt,⁴⁰ aki hiszem, hogy létezik a mindenható és végtelenül jó Isten. Tudom, ha meggyőző érveléssel nem leszek képes feloldani az imént vázolt logikai ellentmondást, továbbra is stigmatizált maradok, s akkor joggal tarthatják azt rólam, hogy a mindenható és végtelenül jó Istenbe vetett hitem egy súlycsoportban van a Mikulás vagy a tündérek létezésébe vetett hittel.⁴¹

Védőbeszédemnek célja rámutatni arra, hogy a világban tapasztalható szenvedés és az Isten létezésébe vetett hit csak látszólag vannak ellentmondásban egymással. Ezen állításomat itt most nem klasszikus módon, a bűnbeesés történetével próbálom alátámasztani.⁴² Tudom, hogy ezen az úton ugyan látszólag felmenteném az én teremtető Istenemet azáltal, hogy magamra vállalok minden felelősséget. Az áteredő bűnnel, valamint az ember rosszra hajló természetével érvelhetnék – amint ezt az ókor nagy teológusa, Szent Ágoston is tette –,⁴³ tudom azonban, hogy a vádképviselő jogos ellenvetésekkel válaszolna, ezért ezt az érvelési utat most nem követem.

Eltérek attól is, hogy védőbeszédemben megváltoztassam a vád első, mindenhatóságra vonatkozó igaz alapfeltételezését, s hogy az ún. folyamatteológia nyomán azt mondjam: Isten akarja a jót, mert ő maga végtelenül jó, de nincs hatalma arra, hogy megváltoztassa a dolgok menetét. Igaz ugyan, hogy a kérdésre – Isten miért választotta a mérhetetlen szenvedéssel járó evolúció útját arra,

40 Kreiner: *Kein theologischer Luxus*, 21.

41 Kreiner: *Kein theologischer Luxus*, 22.

42 Alexander Loichinger – Armin Kreiner: i. m. 28–42.

43 Armin Kreiner: Warum der gute Gott den Sündenfall nicht verhinderte? In: Martin Kleer – Caspar Söling (Hrsg.): *Wie böse ist der Mensch?* Paderborn 1999, 61–72, itt 63 sk.

hogy megteremtse az univerzumot? – a folyamatteológia világos választ ad: Isten nem tehetett mást, ő ugyanis nem mindenható. Az ő hatalma csak a „rábeszélés hatalma”, gyengéd türelemmel vezeti, hívja a teremtést a jó útra, mégpedig az igazság, a szépség és a jóság víziója révén. Igaz ugyan – mondja a folyamatteológia –, hogy az evolúció „mellékterméke” a mérhetetlen szenvedés, de a fejlődés koronája, az ember olyan értéknek számít, amelyért Isten kész volt bevállalni az evolúciót, a vele járó roppant nagy szenvedést is beleértve.⁴⁴

Tisztelt jelenlévők! Nem tudom követni a folyamatteológia érvelését, s ezért csak elrettentő példaként hozom fel arra, hogy miként nem lehet s nem is szabad megpróbálni feloldani a teodicea-problémában rejlő logikai ellentmondást. A folyamatteológia alapja ugyanaz az ontológiai dualizmus, melynek – a gnoszticizmus hatására – Markion (85–160) is áldozatul esett. Ennek a dualizmusnak a lényege abban áll, hogy az egyetlen, mindenható és jóságos Istenbe vetett hit téves. A valóságban ugyanis két világfeletti princípium létezik, a jó és a gonosz hatalma, melyek állandó harcban vannak egymással. Amíg ez a harc tart, addig a világ szenvedéssel teli állapota is tartani fog.⁴⁵ A folyamatteológia Istene tehát egy tehetetlen Isten, és ezért ő nem a keresztények Istene. Csak a mindenható Isten képes ugyanis garantálni az embernek azt a reményt, amely a keresztények hitének középpontjában áll: a világ, az élet ugyan tele van szenvedéssel, de nem ezeké lesz az utolsó szó!⁴⁶

Tisztelt vádképviselet! Tisztelt jelenlévők! Jogosan várják – már bizonyára türelmetlenül –, hogy védőbeszédemben végre azokat az érveket is megnevezzem, amelyek szerintem meggyőzően oldják fel a teodicea-kérdésben rejlő ellentmondást. A folyamatteológiával szemben érvelésemben nem megváltoztatom, hanem kiegészítem a teodicea-probléma két előfeltevését. Úgy egészítem ki őket, hogy arra mutatok rá, Isten milyen alapon engedi meg vagy okozza a szenvedést. Ez az elképzelhető isteni indok, melyet meg fogok

44 Alexander Loichinger: Das Theodizeeproblem in der aktuellen Religionsphilosophie und Theologie. *MTbZ* 52 (2001), 260–269, itt 261 sk.

45 Kreiner: *Warum Leid?* 82 sk.

46 Kreiner: *Gott im Leid?* 221.

nevezni, természetesen nem állhat ellentmondásban az ő mindenhatóságával és erkölcsi tökéletességével.⁴⁷

Először is arra gondolok, hogy az erkölcsi rossz, vagyis az a szenvedés, amit emberek egymásnak okoznak, a szabad akarat kérdésével függ össze. Egy olyan világban, amelyben szabad akaratral rendelkező lények léteznek, nincs ugyanis garancia arra, hogy ezzel a szabadsággal soha senki nem fog visszaélni. Az akarat valódi szabadsága logikai síkon kötelező módon feltételezi a visszaélés reális lehetőségét. Amint Isten nem tud olyan háromszöget alkotni, amelynek négy szöge van, úgy olyan lényeket sem tud teremteni, akik ugyan valódi szabad akaratral rendelkeznek, de a rossz kísértésének soha nem esnek majd áldozatul. Az ilyen lények inkább hasonlítanak a jóra determinált automatákhoz, mint a szabad emberekhez.⁴⁸ Az emberi szabad akaratnak viszont olyan nagy az értéke, hogy ennek alapján igazolni lehet azt, hogy Isten megengedi az erkölcsi rosszat.⁴⁹ A szabad akarat először is azt jelenti, hogy az ember rendelkezik egy bizonyos cselekvési játéktérrel, amelyen belül szabadon és felelősséggel tud dönteni. Erkölcsileg attól válik relevánssá az emberi szabad akarat, hogy magába foglalja a mások életébe történő döntő beleszólás lehetőségét, akár az erkölcsi jó, akár az erkölcsi rossz irányába. Mindezek alapján állíthatjuk, hogy a szabad akarat alapfeltétele annak, hogy a világban létrejöhet olyasmi, mint az erkölcsösség területe. Erkölcsösségre való képessége emeli ki az embert az élettelen természet és a többi élőlény világából.⁵⁰ Ha tehát a mindenható Isten létezik, akkor ő bevállalta az erkölcsi rossz rizikóját az emberi szabadság és erkölcsösség óriási értékére való tekintettel.⁵¹

A szabad akarat argumentumával szemben gyakran elhangzik az ellenvetés, mely szerint nem is létezik semmilyen akarati szabadság, az ember ugyanis teljesen determinált létező. Cselekvési szabadságról ugyan beszélhetünk, az emberi akaratot azonban

47 Kreiner: *Gott im Leid?* 219.

48 Loichinger: *Das Theodizeeproblem* 263 sk.

49 Kreiner: *Warum der gute Gott* 66.

50 Kreiner: *Warum Leid?* 87.

51 Kreiner: *Warum der gute Gott*, 66.

olyan tényezők determinálják maradéktalanul, mint a nevelés, a környezet, a genetikai örökségünk stb.⁵² Ezzel az ellenvetéssel szemben mégis gyakran az a benyomásunk, hogy bizonyos szituációkban másként is dönthettünk volna, sőt másként kellett volna döntenünk. Persze ez a benyomás meg is téveszthet bennünket, mégis észszerű dolog bízni a szabad akarat létezését alátámasztó önérzékelésünkben addig, amíg semmi nem szól ellene.⁵³

A szabad akarattal szembeni másik ellenvetés azt kérdezi, hogy Isten miért nem lép közbe, legalább akkor, amikor emberek mások rovására elviselhetetlenül kegyetlen módon visszaélnék saját szabadságukkal. Nem lenne elvárható ez egy végtelenül jó Istentől? Mindebből az ateisták levonják a végkövetkeztetést: mivel Isten nem lép közbe a legelvetendőbb emberi üzelmek esetében sem, kézenfekvő, hogy ez az Isten nem is létezik.

Ez a végkövetkeztetés ugyanakkor elhamarkodottnak tűnik, ha tudatosítjuk, hogy milyen következményei lennének Isten állandó, korrigáló jellegű közbelépésének. Ha Isten így járna el, akkor az ember szabadsága inkább lenne hasonlítható a bolondok szabadságához, mint a valódi felelősséghez.⁵⁴ Bármennyire is kívánnánk ezt néha: ha Isten állandóan közbelépne, amikor komollyá válik a helyzet – gondoljunk csak a *science fiction* filmek hőseire –, nem a kisgyermek helyzetébe kerülne-e a felnőtt ember, akit a szülei, amikor elesik, vagy veszélyessé válik a helyzet, folyamatosan felkapnak, hogy tetteinek következményeitől megóvják őt?

Itt tehát ismét egy szükségszerű logikai összefüggést fedezhetünk fel: csak ha valóban mindig be is következik az, amit tenni szándékozunk – jó és rossz egyaránt –, lehet értelemszerűen emberi szabadságról és felelősségről beszélni. Egyébként tényleg mindegy lenne, hogy mit teszünk és tervezünk. A válaszom tehát a második ellenvetésre: az emberi felelősség komolysága miatt mond le Isten arról, hogy korrigáló céllal állandóan közbelépjen.

Tisztelt Hölgyeim és Uraim! Védőbeszédemnek ezen a pontján részben már meg tudom válaszolni a fizikai rossz létezésére

52 Loichinger: *Das Theodizeeproblem*, 263.

53 Kreiner: *Warum der gute Gott*, 67.

54 Loichinger: *Das Theodizeeproblem*, 264.

vonatkozó kérdést is. A felelősségteljes cselekvés feltételezi ugyanis azt, hogy legalább megbízhatóan valószínűsíteni tudjuk, hogy cselekedeteinknek milyen következményei lesznek. Ez a valószínűsíthető tudás azonban csak akkor adott, ha a környezetünk rendjét a természeti törvények szabályozzák. Egy teljesen kaotikus világban, amelyben nincsenek törvényszerű ok-okozati összefüggések, sem eltervezni nem lehetne semmit, sem felelősségteljes cselekvésre nem lenne lehetőségünk. Vagyis egy kaotikus világban senkit nem lehetne felelőségre vonni a tettei miatt, ami ismét csak azt jelentené, hogy egy ilyen világban lehetetlen lenne erkölcsi értelemben jelentős cselekvést végrehajtani. A moralitás tehát bizonyos értelemben feltételezi a regularitást.⁵⁵

Természetesen a valósághoz hozzátartozik, hogy ugyanazok a természeti törvények, amelyek lehetővé teszik a erkölcsi értelemben jelentős cselekvést, az ember ellen is fordulnak, napjainkban nem is ritkán. Az evolúció törvényeinek köszönhetően, például, újabb és újabb baktériumok jönnek létre, melyekkel szemben az orvostudomány is tehetetlennek bizonyul. Vagy a mechanika törvényeire vezethető vissza, hogy földrengések és áradások pusztítanak a Föld különböző pontjain.

Ezért jogos az ellenvetés: Miért nem lép Isten közbe, hogy megakadályozza a fizikai rossz szörnyű pusztításait, miért nem tesz Isten állandóan csodákat? A válasz erre az ellenvetésre érinti az erkölcsi rosszal kapcsolatban elhangzott érvelést: ha Isten állandóan csodákat tenne, akkor minden egyes alkalommal fel kellene hogy függesse a természeti törvényeket, és ezzel együtt az események szabályszerűségét és előreláthatóságát is megszüntetné. Ez ugyanakkor – amint láttuk – veszélybe sodorná a felelősségteljes cselekvést. Vagyis egy olyan világ, amelyben Isten állandóan felfüggesztené a természeti törvények működését, nem föltétlenül lenne jobb, mint a mi reális világunk.⁵⁶

Van itt azonban egy másik ellenvetés is: miért nem látta el a Teremtő jobb természeti törvényekkel a világot? Ez bizony egy súlyos kérdés. El kell ismernünk ugyanis, hogy a szabad akarat és a

55 Kreiner: *Warum Leid?* 88.

56 Kreiner: *Warum Leid?* 88.

felelős cselekvés egy olyan természeti környezetben is elképzelhető lenne, amelynek a törvényei teljesen kizárják a fizikai rossz kialakulását. Még súlyosabb a helyzet, ha arra gondolunk, hogy Gottfried Wilhelm Leibniz (1646–1716) – a teodicea-kérdés megoldására törekedve – még arra gondolt, hogy a mi világunk a lehető legjobb világ az összes elképzelhető világ közül. Ezzel szemben ma nem kell túlzottan megerőltetnünk magunkat ahhoz, hogy el tudjunk képzelni egy olyan világot, természetet, amely jobban szolgálja az élőlények boldogságát, mert kevesebb benne a szenvedés.⁵⁷ Még konkrétabban: miért nem élünk egy paradicsomi környezetben? Erre a komoly ellenvetésre a következőképpen próbálok válaszolni: a mi világunk valóban egy veszélyekkel és kihívásokkal teli világ. De éppen ezek a veszélyek és kihívások teszik lehetővé olyan értékek megvalósulását, amelyek egy szenvedésektől mentes paradicsomkertben fel sem merülnének. Például:

- Az ember maga is társteremtőnek számít, hiszen bizonyos értelemben „befejezetlen a teremtés”. Ez a befejezetlen teremtés kényszeríti az embert arra, hogy alkalmazkodjon a környezethez, vagy szükségleteinek megfelelően alakítsa azt. Ez pedig számottevő módon megnöveli az emberek szabadságának mozgásterét.
- Ezenkívül csak egy befejezetlen világban van alap, indok arra, hogy az ember kutassa a természet törvényeit a szenvedés csökkentése érdekében. Erkölcsileg kötelezve vagyunk arra, hogy kikutassuk a környezetünket. A tudomány tehát nem pusztá időpocsékolás, hanem elsőrangú erkölcsi kötelezettség.⁵⁸
- Végül pedig egy egész sor olyan értéket és erényt ismerünk, amelyek csak egy kihívásokkal és veszélyekkel teli világban érlelődhetnek. John Hick (1922–2012) brit teológus és vallásfilozófus az emberi létezés célját az ún. „soul-making” fogalommal írja körül. Ennek értelmében az embernek az a küldetése a világban, hogy spirituális és erkölcsi értelemben érlelődjön. Ez pedig akkor valósul meg, ha olyan erényeket fejleszt ki magában, mint a bátorság, kitartás, szolidaritás, együttérzés és felebaráti szeretet.

57 Kreiner: *Die Leiden der Welt*, 133.

58 Kreiner: *Die Leiden der Welt*, 134.

Egy szenvedésmentes paradicsomi világban értelmetlenek lennének ezek a nagy, központi jelentőségű emberi erények.⁵⁹ Más szóval egy paradicsomi világban nem lett volna sem Kalkuttai Boldog Teréz anyja, sem Assisi Szent Ferenc, sem pedig Albert Schweitzer. Nemcsak feleslegesek lettek volna a paradicsomban, hanem nem is válhattak volna azzá, amit ma oly sokan annyira csodálnak bennük. Ők – s a hozzájuk hasonlóak – testesítik meg azokat a személyiségjegyeket, amelyeket az igaz emberi létezés legnagyobb lehetőségeinek tartunk, s ezért példaképül is szolgálnak.⁶⁰

Logikailag tehát ismét szükségszerű összefüggés áll fenn a szenvedés megtapasztalása és a magasabb emberi értékek között, s ez az összefüggés érinti a szenvedés lehetséges értelmének a kérdését is. Vallásos perspektívában ugyanis ma már mondhatjuk azt, hogy Isten nem egy kész paradicsomi világot, hanem egy fejlődésben levő világot teremtett, azzal a céllal, hogy abban az emberi személy erkölcsi értelemben éretté váljon. Az éretté válásnak ebben a folyamatában pedig a központi szerepet az ember szabad belátása játsza. Ebből az is kitűnik, hogy az emberi szabad akarat nem öncél, hanem a maga részéről egy másik célra irányul, ami nem más, mint az ember személyes beteljesülése – személyes beteljesülés, ami logikailag szükségszerűen feltételezi ezt az evolutív, szenvedéstől terhelt folyamatot.

Ellenvetésként felhozhatja valaki azt, hogy az istenhívő nem glorifikálja-e, dicsőíti-e a szenvedést, ha így érvel. Ez az ellenvetés azonban elvétí az érvelés lényegi mondanivalóját: az ember nem a szenvedésben kell hogy növekedjen, hanem a szenvedés elleni küzdelemben, legyen szó saját vagy más élőlények szenvedéséről.⁶¹ A szenvedést nem kell hogy keressük – ez ugyanis téves beállítódás kifejeződése lenne –, amikor azonban konfrontálódunk vele, helyt kell hogy álljunk, s ennek nyomán jó lenne, ha érettebbé is tudnánk válni.

59 Uo.

60 Loichinger: *Das Theodizeeproblem*, 266.

61 Armin Kreiner: *Gott im Leid. Zur Stichhaltigkeit der Theodizee-Argumente*. Freiburg–Basel–Wien 2005, 362.

Persze most kérdezhetné valaki azt is, hogy Isten miért nem teremtette eleve ilyen tökéletesen érett személyiségnek az embert. Miért nem kímélte meg ettől a szenvedéssel teli életútól? Az eddigiek alapján kézenfekvő a válasz erre az ellenvetésre: logikai alapon nem tehetta meg ezt Isten. Hiszen az érett személyiség éppen azáltal az, ami, hogy saját erőfeszítése közreműködik az isteni kegyelemmel, vagyis hogy szabadon a jó s ezzel végső soron Isten mellett dönt. Ez különbözteti meg az érett személyiséget az – elvben ugyan elképzelhető, de nem annyira vonzó – jóra predestinált személyektől.⁶²

Tisztelt Hölgyeim és Uraim! A vádképviselet – ha el is fogadná a szabad akarat értékének az érvét – ezen a ponton bizonyára megfogalmazná a következő ellenvetést is: az emberi szabad akarat értéke elképzelhető egy sokkal kevesebb szenvedéssel járó világban is? Miért engedi meg Isten ezt a mérhetetlenül sok szenvedést? Ha ateistaként valaki így érvel, úgy tűnik, hogy arra gondol, egy mindenható Isten számára könnyű kellene hogy legyen legalább néhány olyan természeti törvény megváltoztatása, amelyekre visszavezethetőek a fizikai rossz legszörnyűbb kategóriái. Egy mindenható Isten erre képes kellene hogy legyen, egy végtelenül jó Isten pedig ezt biztos meg is tenné.

Ez az állítás feltételezi azonban, hogy a természeti törvények összessége olyan elemeknek a konglomerátuma, amelyek tetszés szerint kombinálhatóak. De mi van akkor, ha a természeti törvények egy zárt és összefüggő rendszert alkotnak? Ebben az esetben az egyes természeti törvényeket nem lehetne megváltoztatni anélkül, hogy az egész világ ne változzon meg. A legkisebb változásnak is hatása lenne az egész világ menetére. Például ha Isten megváltoztatná a fény sebességét kb. 300 000 km/s-ról 400 000 km/s-ra – ez az egy változás minden más olyan fizikai képletet is megváltoztatna, amelyben a fénysebesség valamilyen szerepet játszik. Ennek nyomán pedig valószínűleg már egy egészen más univerzumban élnénk, ha egyáltalán lennénk.

Egy másik példa: a rosszindulatú daganatos betegségek alapja a sejtosztódás hibáiban van. Vajon meg tudná Isten úgy változtatni

62 Loichinger: *Das Theodizeeproblem*, 267.

a világot, hogy legalább ezt a hibát kijavítja, s ezáltal eltűnhetne ez a betegség? Ha ezt megtenné, akkor a sejtosztódás mechanizmusait kellene megváltoztatnia, ez pedig jelentős beavatkozást feltételezne a sejtstruktúra kémiája terén, és feltehetően ennek nyomán a molekulák és atomok fizikai struktúrája is megváltozna. Ez a példa is mutatja, hogy az univerzum fizikális formája jelentősen megváltozna, s ismét egy másik univerzumban lennénk, ha egyáltalán lennénk.

Mert ugye – a példák ezt támasztották alá – ha Isten olyan univerzumot akart teremteni, amelyben kifejlődhet az emberi élet, akkor ez az univerzum nagyjából olyan kell hogy legyen, mint amilyen a mienk. S ha ezenkívül a természeti törvények egy összefüggő egészet alkotnak, akkor a következő kijelentés is érvényes: ugyanazok a természeti törvények, amelyek felelősek azért, hogy mi létrejöttünk, felelősek a fizikai rossz létrejöttéért is. Isten bizonyára nem teremthette volna meg ezt a világot másként anélkül, hogy egyúttal ne egy másik világot teremtett volna. Abban a megváltoztatott világban pedig lehet, hogy számunkra egyáltalán nem is lenne hely.

Vagyis nem magától értetődő az állítás, hogy Isten mindenképpen teremthetett volna egy jobb világot is számunkra. Ezenkívül pedig azt az ellenvetést, hogy a világ jobb kellene hogy legyen, ha Isten létezne, minden olyan elképzelhető világgal kapcsolatban fel lehetne vetni, amelyben létezik a rossznak valamilyen formája. Hiszen minden ilyen világban lenne valamifajta legnagyobb rossz, s következésképpen mindig lehetne kérdezni: Isten miért nem óv meg legalább ettől a legnagyobb rossztól? Ezt a kérdést csak egy teljesen szenvedésmentes világban lehetne elkerülni. Bár, ki tudja, lehet, hogy egy szenvedésmentes világban is megfogalmazódna a jobb világ utáni óhaj, főleg ha az unalomra úgy tekintenénk, mint a szenvedésmentes világban tapasztalható legnagyobb rosszra.⁶³

Védőbeszédem vége felé közeledve fordítva teszem fel a kérdést, tisztelt vádképviselőt: valóban a mi világunkban van jelen az elképzelhető legnagyobb rossz? Ez akkor lenne igaz, ha az emberek vég nélkül kínozhatnák kölcsönösen egymást, vagy ha örökké tartó fájdalommal teli betegségek léteznének. Egy ilyen világot logikai

63 Kreiner: *Die Leiden der Welt*, 135 sk.

síkon el lehet képzelni. Egy ilyen világnak a létezése gyakorlatilag megcáfolná Isten létezését. A mi világunk azonban nem egy ilyen világ. Úgy is fogalmazhatnánk, hogy Isten beépített a mi világunkba egy biztonsági kaput, s ez nem más, mint a halál. Ezt a kijelentést persze nem szabad cinikusan félreértelmezni, hiszen csak arra szeretne utalni, hogy a rossznak és a szenvedésnek egy olyan mértéke is elképzelhető, amely egyértelműen az Isten létezésébe vetett hit ellen szólna, és hogy a mi világunk nem ilyen.

Itt azonban mégis megfogalmazódhat egy újabb ellenvetés: nem törik-e össze túl sok ember a szenvedés terhe alatt, mégpedig úgy, hogy a célba vett személyiségfejlődés nem vagy csak nagyon korlátozott mértékben valósulhat meg? Vagy mi a helyzet az állatok szenvedésével? Milyen személyiségfejlesztő hatása van egy rosszindulatú daganatnak, amely az érintett személyiségjegeit fokozatosan feloszlatja? Vagyis van a szenvedésnek olyan formája is, amelynek kizárólag destruktív hatása van, és nem hozható felismerhető összefüggésbe a személyiség fejlődésével. De nem is kell ilyen messzire menni: milyen személyiségfejlődésen megy keresztül például egy koraszülött gyermek, aki röviddel a születés után meghal?

Két válasz fogalmazódhat meg erre az ellenvetésre: mi lenne, ha minden szenvedés egyértelműen egy jó, magasabb célt szolgálna? Mi lenne, ha egyáltalán nem lenne igazságtalan, meg nem érdemelt szenvedés? Küzdenénk-e a szenvedés ellen ebben az esetben? Tulajdonképpen sem alapunk, sem motivációnk nem lenne erre. Egy olyan világban, amelyben nem lenne céltalan szenvedés, igazi együttérzés sem lenne. Hiszen ha minden szenvedés a bűnt és az erkölcstelen cselekvést követő igazságos büntetés lenne, akkor miért is segítenénk az érintetteknek, vagy miért is érezzünk szimpátiát velük kapcsolatban?

Mindezek ellenére az ellenvetés továbbra is fennáll: a szenvedés értelmére vonatkozólag egyrészt azt halljuk, hogy szenvedéssel teli világunk az a hely, ahol az emberek spirituális és emberi értelemben érett személyiségekké válnak. Másrészt erre a nézetre nagyrészt rá-cáfol a tapasztalat: sok esetben a személyiség fejlődése egyáltalán nem vagy csak töredékesen valósul meg. Éppen ezért a teodicea-problémában rejő látszólagos ellentmondás feloldása csak akkor

sikerül ezen az úton, ha az eszkatológiai gondolatot is hozzávesszük: mindaz, ami itt a földön tökéletlen marad, csak egy halál utáni életben juthat el a kiegyenlítésre, ill. a továbbfejlődésre. Csak a halál utáni életben mutatkozhat meg, hogy átfogó értelemben mennyiben szolgálja a látszólag céltalan rossz a mindenható és végtelenül jó Isten teremtői céljait.⁶⁴

Tisztelt vádképviselő! Egyszerű megoldás nincs tehát a teodicea-problémára. Éppen az eszkatológiai szempont kötelező bevonása kissé csökkenti az emberi szabad akarat és a személyiségfejlődés értékének az argumentatív erejét, hiszen ez már feltételezi Isten létezését, amit pedig az ateizmus éppen a teodicea-probléma alapján megkérdőjelez. A védőbeszédemben használt érvek mindenesetre egy valamit nyújtanak: megmutatják, hogy a szenvedéssel teli világ létezése és egy mindenható, végtelenül jó Isten között nincs olyan jellegű ellentmondás, amely az istenhitet végérvényesen megcáfolná.⁶⁵ Ilyen alapon állítom tehát, hogy – bár a szenvedés valóban az ateizmus sarokkövének tekinthető – az Istenbe vetett hit melletti döntés is racionális szempontból jogos és megalapozott lehet. Kérem a tisztelt jelenlévőket, hogy éppen ezért töröljék le rólam az irracionálizmus stigmáját.

5. A teodicea-kérdés mint elméleti probléma előfordulása a logoterápiai tanácsadásban

Ha az eddigiek fényében szem előtt tartjuk, hogy a „logoterápiában a terapeuta nem tükör, amelyben a páciens jobban látja, jobban megismeri magát”, hanem sokkal inkább „a katalizátor szerepét tölti be, általa a páciens jobban megérti a világban kínálkozó értelemlehetőségeket”,⁶⁶ akkor ez a szerep érvényben marad olyan helyzetekben is, amikor a tanácsot kérő személy szeretne ugyan, de – éppen a saját életében és a világban tapasztalható mérhetetlen rossz, illetve gonoszság miatt – nem tud hinni a végső, mindent átfogó, felettes

64 Loichinger: *Das Theodizeeproblem*, 268.

65 Uo.

66 Elisabeth Lukas: *A logoterápia tankönyve. Emberkép és módszerek*. Kiskundorozsma 2011, 62.

értelem létezésében. Meggyőződésünk szerint ez a „szeretnék, de nem tudok hinni” az a kulcsszó, amely a logoterapeutát mintegy felszólítja arra, hogy – katalizátor szerepének értelmében – a páciens értékmércéje mentén haladva, vele együtt következetesen végiggondolja, elemezze azokat az érveket és ellenvetéseket, amelyek a felettes értelem létezésének kérdésével összefüggnek. Ha így jár el, a logoterapeuta – miközben az intellektuális tisztesség értelmében komolyan veszi azokat a logikai akadályokat, amelyek a (végső) értelem akarásának útjában állhatnak – nem fogja levenni a páciens válláról a felettes értelem létezésére vonatkozó hitbéli – pró vagy kontra – döntés terhét.

A teodicea-problémával kapcsolatos intellektuális-elméleti vita támogatói szerint tehát a teodicea-kérdés mint elméleti probléma világosan különbözik a szenvedéssel való gyakorlati, egzisztenciális bánásmód kérdésétől. Nincs ok arra, hogy ezt a két kérdést összekeverjük egymással. Noha a teodicea-problémára vonatkozó elméleti megoldásokért való fáradozásnak is lehet adott esetben vigasztaló és értelmet közvetítő funkciója, elsősorban mégsem tekinthető a szenvedésleküzdés egyik formájának, és nem is hivattott a szenvedéssel szembeni gyakorlati erőbedobás helyébe lépni. A teodicea-problémával való elméleti foglalkozás sokkal inkább azal a kérdéssel függ össze, hogy az Istenbe mint a lét végső, felettes értelmébe vetett bizalom tekinthető-e racionálisan magalapozottnak, vagyis ésszerűnek.

Meggyőződésünk, hogy ha – Franklal együtt – „mi nem utolsósorban abban látjuk a logoterápia feladatát, hogy mutassa fel: mennyire csak látszólag meggyőző minden, a vallásosság ellen felhozott érv”,⁶⁷ akkor sem az egzisztenciaanalitikai kutatásban, sem a logoterápiai gyakorlatban nem zárkozhatunk el a teodicea-kérdéstől mint elméleti problémától. Természetesen a logoterápia számára a vallás itt is csak tárgy lehet és nem álláspont, ám ha a vallásos hit Frankl számára végső soron a felettes értelembe vetett hitet jelenti,⁶⁸ komolyan kell vennünk az ilyen formában értelmezett vallásos hittel kapcsolatos elméleti nehézségeket is.

67 Frankl: *A szenvedő ember*, 160.

68 Frankl: *A szenvedő ember*, 130.

Azért is elengedhetetlen mindez, mert a frankli antropológia – meglátásunk szerint – magában hordozza a teodicea-problémával történő elméleti megküzdés lehetőségét, még ha maga Frankl – egyrészt idegorvosként, másrészt pedig vallásos meggyőződése alapján – el is zárkózott ettől. Akkor tárul fel előttünk ez a lehetőség, ha számba vesszük, hogy a magától értetődő tudat-lét mellett Frankl számára nemcsak a felelősség,⁶⁹ hanem az akarat szabadsága is központi antropológiai fogalomnak számít.⁷⁰ Arra a kérdésre, hogy „mi tehát az ember?”, Frankl egyértelműen azt válaszolja, hogy „az a lény, aki mindig maga dönti el, hogy mi. Olyan lény, aki éppúgy magában rejtjé annak lehetőségeit, hogy lesüllyedjen az állat szintjére, vagy hogy az életszentséghez emelkedjen fel.”⁷¹

Az akarat szabadság tehát – Frankl szerint is – alapvető értéke az emberi létnek. Alapfeltétele annak, hogy a világban létrejöhet olyasmiről, mint az erkölcsösség területe. Erkölcsösségre való képessége emeli ki az embert az élettelen természet és a többi élőlény világából.⁷² A teremtés célja ebben a vonatkozásban végső soron abban áll, hogy egy olyan világ jöjjön létre, amelyben az emberek megérnek az Istenhez való hasonlóságra, amelyben kifejlődhet a tökéletes, a saját Ego körül már nem forgó szeretet jelleme. Mivel egy ilyen jellemet *per definitionem* csak egy olyan érési folyamat eredményeként lehet elképzelni, amelyet a saját szabad döntések határoznak meg, logikailag lehetetlen volt, hogy Isten az embert eleve ilyen személyiségnek teremtse meg. Ez a teodicea tehát nem a szenvedést legitimálja, hanem a szenvedés elleni küzdelemtől meghatározott személyiség értékét. Viktor Frankl pedig tudja, miről beszél, amikor leírja a következő sorokat: „Az ember az a lény, aki kitalálta a gázkamrát; de ugyanakkor az a lény is, aki belépett ezekben a gázkamrákba, egyenes tartással, a Miatyánkkal vagy a zsidó halottas imával az ajkán”.⁷³

69 Viktor E. Frankl: *Értelem és egzisztencia. Előadások és tanulmányok*. Budapest 2006, 12.

70 Frankl: *A tudattalan Isten*, 43.

71 Frankl: *A szenvedő ember*, 127.

72 Kreiner: *Warum Leid?* 87.

73 Frankl: *A szenvedő ember*, 127.

Abstract

The religious Philosophical and Theological Dimensions of Logotherapy: Frankl and the Question of Theodicy

Keywords: *the problem of theodicy, anthropomorphism, patodicea, theism, atheism, suffering, theoretical discussion, practical coping*

Two of Viktor E. Frankl's works raise the question of theodicy explicitly. According to him, in this context the intellectual-theoretical debate has to be replaced by practical commitment to mitigate suffering because any attempt to solve the theoretical problem seems a self-praising, cynical strategy that is blind to reality on the issue of coping with suffering. Despite Frankl's position, it seems reasonable that during the consultation process the logotherapist – while in the name of intellectual honesty he takes seriously the logical barriers that stand in the way of will to (final) meaning – does not relieve the patient of the burden of decision (of faith) – pro or con – concerning the existence of final meaning.

Vik János 1971-ben született Szatmár megyében, teológus, logoterapeuta. 2008-tól egyetemi adjunktusként dolgozik a BBTE Római Katolikus Teológia Karán. 2006-ban teológiából doktorált a müncheni Ludwig-Maximilians-Universität Katolikus Teológia Karán. 2001–2005 között a délnémet logoterápia-intézetben (Süddeutsches Institut für Logotherapie und Existenzanalyse) módszerspecifikus képzést végez a frankli logoterápia és egzisztenciaanalízis területén. 2010-től alapító tagja és elnöke a Logoterápia és Egzisztenciaanalízis Nemzetközi Tudományos Egyesületnek, a LENTE-nek. Fontosabb publikációi: *Gottes Heil im Glück des Menschen. Die Vermittelbarkeit immanenter und transzendenter Vollendungsvorstellungen unter Berücksichtigung der menschlichen Sinnorientierung in der Logotherapie Viktor E. Frankls*, Ars Una, Neuried bei München 2008; *Válságban a jólét? Az életértelem és boldogság kérdése Viktor E. Frankl egzisztenciaanalízisében és logoterápiájában*. In: Ungvári Zrínyi Imre, Veress Károly (szerk.): *Válságtapasztalatok és etikai távlatok*. Kolozsvári Egyetemi Kiadó 2011, 205–214.; *Illúzió vagy istenélmény? A halálközeli élmények és azok teológiai értékelése*. In: Diósi Dávid (szerk.): *A halálbiztos halál. Tanulmányok*

az elmúlás és a halál kultúrájáról. Szent István Társulat–Verbum Kiadó, Budapest–Kolozsvár 2011, 53–68.; *Az értelmetlenség-érzés veszély vagy esély. A Viktor E. Frankl-i logoterápia és egzisztenciaanalízis az evangelizáció szolgálatában.* In: Puskás Attila, Perendy László (szerk.): *Az ember krízise: vágyódás és megkísértettség között.* Antropológiai reflexiók a teológiában, Szent István Társulat, Budapest 2013, 324–335.

Viktor E. Frankl és a filozófiai lelkigyakorlatok¹ Logoterápiai bevezetés a bölcséleti praxisba

Kulcsszavak: *logoterápia, filozófiai praxis, filozófiai lelkigyakorlatok, fenomenológia*

Bevezetés

Ludwig Wittgenstein szerint „A filozófus munkája – emlékek összegyűjtése egy bizonyos célra”.² Jóllehet ezúttal céloom nem Wittgenstein elemzése, jelen írásom mégis „emlékek” összegyűjtése: mindenekelőtt Viktor E. Frankl (1905–1997) bécsi pszichoterapeuta és neurológus, az egzisztenciaanalízis és logoterápia megalapítójának és kidolgozójának személyes emlékeit idézem föl. Az emlékek összegyűjtésére való hivatkozás célja, hogy az emlékezéshez vezesse vissza az olvasót.

Emlékezni tulajdonképpen csak első személyben lehet: ki-ki közülünk emlékezhet arra, ami az ő személyes egzisztenciáját megérintette. Amint arra Martin Heidegger rámutat: az emlékezés (*Gedenken*) a gondolkodás (*Denken*) alapvető módusza.³ Valóban: nem képzelhető el gondolkodás emlékezés nélkül. A gondolat rá van utalva az emlékezésre. A jövőt a múltból értjük meg. Amennyiben pedig a filozófia gondolkodás, akkor bizonyosan em-

1 A szöveg korábbi változata 2013. november 25-én hangzott el a Debreceni Egyetemen pszichológus kollégák és orvostanhallgatók előtt személyes hangvételű bölcséleti bevezetőként a logoterápiába és az egzisztenciaanalízisbe. Ezúton is köszönöm Nemes László filozófus kollégám fölkérését ezen előadás megtartására.

2 Wittgenstein 1998, 83. (127.)

3 Vö. Heidegger 2009, 312.: „Mit hívunk gondolkodásnak?« A végén visszatérünk ahhoz a kérdéshez, melyet először kérdeztünk, amennyiben afelől tudakozódtunk, hogy mit jelent eredetileg a mi német »Denken« [„gondolkodás”] szavunk. Gedanc azt jelenti: emlékezés, emlékezet, köszönet.”

lékek összeggyűjtését *is* jelenti. Ha ez így van, akkor a filozófiába személyesen bevezetni valakit annyit tesz, mint elvezetni őt arra, hogy jól tudjon bánni saját életének személyes emlékeivel. A saját életútra való ilyesfajta reflexió ősidóktól, a filozófia görög kezdetétől fogva a bölcseleti gyakorlat lényeges része volt.

Ezért rövid, személyes hangvételű, hangsúlyozottan bölcseleti jellegű bevezetést szeretnék nyújtani a logoterápiába mint a bölcseleti gyakorlat egyik kézzelfogható kortárs alakzatába. Néhány alapvető fogalom tisztázása után az első részben röviden Viktor Frankl életét és munkásságát vázolom föl, majd részletesebben tárgyalom egyik fontosabb művét, illetve a logoterápia és a fenomenológiai filozófia kapcsolatát.⁴

Írásom második része szintén fogalmi tisztázással indul, majd a filozófiai lelkigyakorlatok két példáját vizsgálom meg röviden Frankl saját életében. Ezekben kifejezetten fontos szerep jut az emlékezésnek.

Végül a zárszóban tudatosan személyes kihívást szeretnék megfogalmazni olvasóim irányába. Megközelítesem végig mindenekelőtt bölcseleti. Meggyőződésem, hogy e filozófiai nézőponthoz lényegileg hozzátartozik mind a gondolati kihívásokkal való szembesülés, mind pedig az emlékeztető beszéd mód. Csak így képes a bölcselet szellemi vitára és további elmélyült gondolkodásra ösztönözni s hozzásegíteni bennünket ahhoz, hogy jól bánjunk saját életemlékeinkkel.

I. Viktor Frankl és a logoterápia

1. Alapfogalmak

A *logoterápia* és az *egzisztenciaanalízis* tulajdonképpen ugyanazon érem két oldalát jelenti.⁵

A *logoterápia* kiegészítő jellegű, értelemközpontú terápiaként határozható meg: egy olyan pszichoterápiás kezelési módszer, amelynek

4 Frankl életéről és munkásságáról lásd pl. Batthyányi 2007, valamint Zsók 2010. Bőséges kutatási anyaggal szolgál Frankl műveinek a 2005-től indult, Alexander Batthyány, Karlheinz Biller és Eugenio Fizotti által szerkesztett összkiadása.

5 A logoterápia rendszeres bemutatásához lásd Viktor E. Frankl 2010a, valamint Lukas 2011.

legfőbb föladata a gyakorlatban, hogy a kliens szembesüljön a logoszszal. A görög eredetű *logosz* kifejezés jelentése értelem (*Sinn*). Ebben az összefüggésben nem valami száraz vagy elvont ésszerűséget jelent, hanem rokon értelmű az érték (*Wert*) fogalmával. A logosz a logoterápiában mindig kézzelfogható, személyes lehetőségre, az egyedi és megismételhetetlen emberi személy értékmegvalósítási lehetőségeire, tehát egy-egy beteljesítendő értékre, életföladatra utal.

Az *egzisztenciaanalízis* ennek megfelelően egy olyan antropológiai kutatási irányzat, mely az embert értékei vonatkozásában szemléli.⁶ Szóhasználatunkban az *egzisztencia*, a *személy* és a *szellem* fogalmai összetartoznak, különböző összefüggésekben (mint ontológiai, filozófiai antropológia és fenomenológiai, illetve etikai fogalom) ugyanazt jelentik. Az egzisztencia nem más, mint az emberi létmód, a kézzelfogható emberi élet, amely lényegileg öntranszcendencia, azaz önfelülmúlás. Ez túlmutat a tényleges létezésen (fakticitáson);⁷ s a közösségre irányul. Az egzisztenciaanalízis tehát a személyes egzisztencia szellemiségére, szabadságára és felelősségére irányuló analízis.⁸

2. Életrajzi vázlat

Viktor Emil Frankl 1905-ben született egy bécsi zsidó polgárcsaládban. Már középiskolásként érdeklődik a filozófia iránt, érettségi dolgozatát *A filozófiai gondolkodás pszichológiája* címmel Schopenhauer patográfiájáról írja. Még az egyetem előtt népfőiskolán előadást tart az élet értelméről, s a pszichoanalízis iránt érdeklődik, előadásokat hallgat, majd Sigmund Freuddal levelezik.

Frankl 1924 és 1927 között orvostudományt tanul. Elfordul a pszichoanalízistől s Alfred Adlerhoz csatlakozik, majd individuálpeszichológiai folyóiratot alapít. 1927-ben Franklt kizárják

6 Elisabeth Lukas, Frankl tanítványa szerint a logoterápia és egzisztenciaanalízis három oszlopa az akarat szabadsága (antropológia), az értelem akarása (a pszichoterápiában) és az élet értelme (filozófia). Vö. Sárkány 2008, 99–100.

7 Vö. Heidegger szóhasználatát: Heidegger 1989, 326–355.

8 Vö. Frankl 2010a, 79.: „...elhibázott az az egzisztencia, amelyik nem a logoszra, hanem saját magára irányul; de akkor is utat téveszt, ha – a logoszra irányulva – nem transzcendálja önmagát; más szóval: az intencionalitás az emberi lét lényegéhez tartozik, mint az értelem és az értékek.”

az Individulápszichológiai Társaságból. Ebben az időben kezdi el olvasni Max Scheler *Formalizmus az etikában* című művét.

Frankl már egyetemistaként az ifjúságsegítés úttörője. Népszerűsítő cikkeket jelentett meg érdekeiben, példaképe Hugo Sauer munkássága volt. Később Frankl Bécsben s másutt hat ingyenes ifjúsági tanácsadást szervez meg önkéntesekből magánházaknál. Több európai városba meghívják előadni: jár Berlinben, Prágában és Budapesten.⁹

Frankl 1938-tól orvosként dolgozik a Steinhofi Klinikán. Új pszichoterápiás alakzat megalapozásán gondolkodik, írásaiban megjelenik az *egzisztenciaanalízis* és a *logoterápia* kifejezés.¹⁰ Ausztria német megszállását követően először a kizárólag zsidó betegeket kezelő Rotschild kórház munkatársa lesz, mégsem hagyja el hazáját. Kollégájával, Otto Pötzlrel együtt áldiagnózisokat állapít meg, valamint sajátos módszert dolgoz ki a mérgezőes öngyilkossági kísérletet elkövetők megmentésére. 1942-ben Frankl elhurcolják. A háború végéig megjárja Theresienstadt, Auschwitz-Birkenau, Kaufering III s Türkheim táborát.¹¹ Egy testvére kivételével minden családtagját elveszíti. Frankl 1945-ben szabadul, visszatér Bécsbe. Mély depresszióba esik, második feleségének is köszönhetően épül föl.

Szakmai munkásságának két egyértelműen beazonosítható területe mellett – ő az első ifjúsági tanácsadó hálózat létrehozója Ausztriában, valamint a logoterápia és egzisztenciaanalízis megalapítója – ama körülmény, hogy Frankl a *Soah* túlélője, csak első hallásra tűnik esetlegesnek.¹² A Frankl kifejlesztette logoterápia és egzisztenciaanalízis páratlan hitelességet nyert az oly szörnyű szenvedéseket, veszteséget átélt Frankl személyében. Maga Frankl adta személyesen ékes bizonyítékát annak, hogyan segíthet a logoterápiái

9 Az 1930-as érettségi alkalmával neki köszönhetően Ausztriában egyetlen öngyilkossági eset sem következett be.

10 Lásd Frankl 2006a, 7–23; valamint Frankl 2006b 25–33.

11 Batthyany 2005, 10.

12 A görög eredetű „Holokauszt” helyett véleményem szerint helyesebb „Soáh”-ról beszélni. Míg az első kifejezés az Ószövetség egészen eléggé áldozatára utal, s azt sugallja, mintha a zsidóság megsemmisítői papi szerepet tölthettek volna be gaztetteikkel; addig a második szó csapást, katasztrófát jelent. Maguk a héberül beszélő zsidók ez utóbbi szót használják.

hozzáállás bennünket abban, hogy értelmet és jelentést találjunk az újkori emberiség egyik legszörnyűbb tragédiájában.

3. Főbb művei

Frankl sok írása közül kettő különösen fontos: az *Orvosi lelkeigondozás* csak 1946-ban jelenik meg, jóllehet a szerző már elhurcolása előtt elkezdte írni.¹³ A táborba magával viszi a kéziratot, ahol az elvesz, azonban Frankl még ott elkezdí rekonstruálni, újraírni. Lényegében Frankl e könyvet tekinti főművének. Már címével kihívást intéz a szakmához: korunkban az orvosnak nemcsak a testet, hanem a lelket is gyógyítani kell, bizonyos helyzetekben neki kell vigaszt nyújtania.

Ugyancsak 1946-ban jelenik meg egy személyesebb hangvételi írás *...mégis mondj igent az életre!* címmel.¹⁴ Később e könyv második amerikai kiadásának lesz köszönhető Frankl hírneve és sikere, részben a Gordon W. Allport írta előszó miatt.¹⁵ Ezután a világ minden tájára hívják Frankl előadásokat tartani, több logoterápiai intézet jön létre, tanítványai nemzetközi konferenciákon találkozhatnak. Ezen intézetek Frankl 1997-ben bekövetkezett halála után is képviselik a logoterápia és egzisztenciaanalízis ügyét, nemzetközi találkozók tartanak, képzéseket szerveznek. Frankl műveinek összkiadása német nyelven a Böhlau Kiadónál vette kezdetét 2005-ben.

A *...mégis mondj igent az életre!* a szakpszichológus Gordon W. Allport szerint „a drámai elbeszélések gyöngyszeme”.¹⁶ Magával ragadó történetmondás, észrevétlenül vezet be a logoterápia bölcséletébe, s valójában tanulmánynak bizonyul. Egyszerre önéletrajz tehát és bölcsélet.¹⁷ Allport szerint Frankl könyve „napjaink

13 Frankl 2015b.

14 Frankl 2007.

15 A szóbanforgó könyv a világ sok nyelvén olvasható, mintegy 150 kiadásban jelent meg, több tízmilliós példányszámban. Az *Orvosi lelkeigondozás* 1986-ig 57 kiadást ért meg, ez azért is figyelemre méltó, mivel ez utóbbi mű egyes részei még a 1930-as években íródtak. Vö. Frankl 2015b, 13.

16 Allport 2007, 17.

17 Valóban: Allport mind irodalmi, mind filozófiai szempontból értékesnek tekinti a szöveget. Allport 2007, 17.

legjelentősebb pszichológiai mozgalmát” mutatja be.¹⁸ A filozófus Gabriel Marcel pedig olyan kivételes személyes tanúságtételnek tekinti a szöveget, amely túlmutat a szépirodalmon.¹⁹ Őt is magával ragadja a mű, kiemeli a könyv erkölcsi jelentőségét.²⁰

Frankl e műve műfajilag nehezen besorolható, ha kizárólag a tudományos elemzés vagy a személyes beszámoló lehetőségeit tartjuk szemünk előtt. Alcíme jelzi e feszültséget: *Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábor*. Benne Frankl a személyes megélést köti össze a szakember szempontjával: „élmények ábrázolásáról van szó”.²¹ Egészen pontosan arról, amit ő, Viktor Emil Frankl személyesen, egyszerű emberként, átlagos fogolyként átélt.²² Más, a táborbeli szenvedésekről íródott beszámolókkal szemben a szerzőt saját bevallása szerint nem pusztán a tények, hanem inkább azok érzelmi-lélektani vetülete érdekli. Magukra az élményekre kíván rávilágítani.²³

Frankl tehát e művében még friss élmények hatása alatt ír, föltűnően indulat nélkül. A kevert műfaj előnye, hogy e könyv személyes hangon szólhat a „Soáh”-ról, s ennyiben túlmutat a pusztán szaktudományos igényű elemzéseken, ugyanakkor képes azokat megvilágítani.²⁴ A könyv másik nagy erénye kétségkívül indulatmentessége.²⁵

Frankl erénye az is, hogy tudatosan szembesült a személyes történetmondás és szaktudományos érdeklődés feszültségével.²⁶ Saját bevallása szerint kétféle olvasót tartott szemé előtt: a táborbeli tapasztalatokkal rendelkezőnek lélekgyógyászként kívánta

18 Uo.

19 Marcel 2007, 19. Marcell egyúttal színpadi író s irodalomkritikus is volt.

20 Marcel 2007, 20.

21 Frankl 2007, 21.

22 Frankl 2007, 25.

23 Frankl 2007, 26.

24 Vö. Bokor 1988, 10: „...nélküle aligha érthető meg teljesen az a sok-sok másik, a konkrétumokat felmutató vagy a társadalmi-történelmi összefüggéseket elemző, magyarázó mű”.

25 Uo.: „Frankl professzor képes volt a gyűlöletmentes figyelésre, ábrázolásra. Amire csak az tehette képessé, hogy ott, a kinszenvedés, a tömeghalál pokol-bugyraiban is felül tudott emelkedni rettegésén, bosszúvágyán. [...] ember tudott maradni.” (Kiemelés az eredetiben.)

26 Vö. Frankl 2007, 27.

megvilágítani, min is ment keresztül valójában, a kívülállóval pedig megkísérelte megértetni, mit jelentett mindezt személyesen átélni. E kettős szerzői szándék, az átéltek értelmezése (a beavatottak felé) s az át nem éltek érthetővé tétele (a kívülállók felé) különbözősége alapozza meg az említett műfaji feszültséget.

Erdekes módon azonban Frankl szerint vállalkozása igazi veszélye nem annak személyes jellegében, hanem célzatos voltában keresendő.²⁷ A személyes mozzanatot a beszámolóból teljesen kihagyni épp azt jelentené, hogy a kívülálló semmit sem tudhatna meg a szereplők *személyes* átéléséről. A célzatosság pedig azt jelentheti, hogy a történeteket egy előre meghatározott, reduktív lélektani (vagy más tudományos, például szociológiai) magyarázat keretei közé szorítjuk, vagy hogy az erkölcsi-közéleti ítélezés s megtorlás szándéka vezeti az író tollát. Maga Frankl e könyvében kifejezetten nem említi e veszélyeket, azonban egész életművével egyrészt a pszichológiai redukcionizmus, másrészt a bosszúállás és bünbakképzés ellen foglal állást.

Frankl érvényesíti e művében a bölcséleti szempontot is. Egyik alapvető egzisztenciális kérdésfelvetése *a megváltoztathatatlannal szembeni beállítódásunk módosítása*.²⁸ Allport helyesen jegyzi meg, hogy végső emberi szabadságunk fölismerésére ilyesfajta helyzetekben már az ókori sztoikus bölcselők eljutottak. Mint írásom második részében megmutatom, Frankl e könyvében – az elnevezés használata nélkül – kézzelfogható leírását adja néhány olyan „filozófiai lelkigyakorlatnak”, amelyek lehetővé tették számára, hogy fölülkerelkedjék a táborélet elkerülhetetlen szenvedésein.

Frankl e műve tehát egyszerre mutatja a személyes hangvételű, a történések benső megélésére összpontosító elbeszélés, valamint a szakpszichológiai vizsgálódás és osztályozás vonásait. Mindemellett a logoterápia kifejtésében komoly szerepet kap az életfilozófiai, életbölcseleti szempont, amely *a filozófiai praxishoz*, azaz a bölcsélet ókortól kezdve eleven lényegi célkitűzéséhez, az életbölcsetséghez, a gyakorlati bölcsülethez vagy etikához közelíti Frankl művét. Hisz

27 Uo.: „...egy ilyenfajta pszichológiai vizsgálódás valódi veszélye nem abban rejlik, hogy személyes jelleget ölt, hanem abban, ha tendenciózus színezetet kölcsönzünk neki”.

28 Vö. uo., 16, valamint 112, 115.

az etika az ókori görög filozófiában vagy éppenséggel a Frankl által oly szívesen idézett Spinoza fölfogásában elsősorban az értelmén alapuló, azaz értelmes s ezért jó, boldog, kiegyensúlyozott és példaszerű emberi életnek a tana volt.²⁹

A benső megélésekre irányuló figyelem az újkori regény műfajához közelíti Frankl e művét, megkönnyítve evvel a kortárs befogadó dolgát. Szerzőnk hitelessége és minden bizonnyal írói tehetsége is hozzájárult sikeréhez.³⁰ A szenvedés és értelemkeresés kérdésével küzd, egyszerűen személyesen és szakemberként, valamint elsősorban gyakorlati érdeklődésű bölcselekként.³¹

4. *Logoterápia és fenomenológia: Frankl módszertana és a filozófia*

4.1. Frankl és a filozófia

Frankl bölcseleti érdeklődéséről egész életműve tanúskodik.³² Szerzőnk korában a német kultúrájú polgárság műveltségéhez kétségkívül hozzátartozott a bölcselet. Frankl már gimnazistaként

29 Szóhoz jut e műben Frankl vallás iránti érdeklődése, illetve személyes vallásossága. Vö. uo. 61–62, 67, 133, 137. E szempont finoman jelentkezik, a mű legutolsó mondatában különös hangsúlyt kap. Hasonló a helyzet egy másik alapvető szövegében, lásd Frankl 2010b. Frankl vallásbölcseleti értékeléséhez lásd Sárkány 2007b, személyes vallásosságáról lásd Frankl–Lapide 2007, 9–92.

30 Vö. Sárkány 2007a, 9.

31 Vallásosságát nem rejtí el, ugyanakkor a vallásos szempont miatt a szöveg nagyobb része nyilvánvalóan mégsem sorolható a hittudomány körébe, a vallásos elmélkedés műfaját azonban helyenként kétségkívül megközelíti. Vö. 29. lábjegyzet.

32 Frankl bölcseleti irányultsága már az *Orvosi lélegzõgondozás*ban érvényesül: nemcsak bátran hivatkozik filozófusokra – a névmutató alapján Kantra (nyolcszor), Kierkegaard-ra (háromszor), Hegelre (ötször), Heideggerre (hatszor), Nietzsche-re (háromszor), Pascalra (egyszer), Schellerre (hússzor), Schopenhauerre (ötször), Spinozára (kétszer), Wittgensteinre (egyszer) –, hanem késõbb tudatosan bevallja, hogy a bölcselet és orvostudomány határmezsgyéjén mozog. Vö. Frankl 2015b, 9. és 302–305. Köztudott, hogy *A tudattalan Isten* egy korábbi változatát Frankl a Bécsi Egyetemen filozófiai doktori dolgozatként védte meg. E könyv harmadik kiadásának névmutatója alapján benne Buber, Nietzsche, Pascal és Sartre egyszer; Heidegger, Jaspers, Kant és Wittgenstein kétszer kerül említésre. Vö. Frankl, 2002, 111–114.

érdeklődést mutatott a filozófia iránt. Amint arra Sárkány Péter figyelmeztet, „életművén vörös fonalként végighúzódik egyfajta, a klasszikus filozófia és a zsidó tradíció gondolkodása közt oszcilláló bölcselet, amelynek alapköveit Frankl szakmai pályafutásának igen korai szakaszában lefektette, s azokhoz mindvégig hű maradt”.³³

Franklnak a 20. század egyik legjelentősebb bölcseleti fejleménye, a fenomenológia iránti érdeklődése közismert: Martin Heideggerre s mindenekelőtt Max Schelerre többször hivatkozik, Scheler egyik művét Frankl saját bevallása szerint élete egy szakaszában mintegy „Bibliaként” tartotta magánál.³⁴ Az egzisztenciaanalízis és a fenomenológiai filozófia kapcsolata tagadhatatlan.³⁵ A következőkben ezért e kapcsolatot vizsgálom meg közelebbről.

4.2. A fenomenológiai mozzanat

Jean-Luc Marion kortárs francia fenomenológus 1990-ben így mutatott rá a fenomenológiai filozófia lényeges mozzanataira:

„Napjainkban a filozófia egy lényegi formát öltött magára: a fenomenológiát; a fenomenológia viszont csak azért tűzi ki célul a dolgokhoz való visszatérést, mert mindenekelőtt arra vállalkozik, hogy meglássa azt, ami adja magát – azt, ami adódik”.³⁶

A fenomenológia Edmund Husserl szavaival fogalmazva „magukhoz a dolgokhoz”, azaz a számunkra az emberi tapasztalásban megjelenő sokarcú valósághoz kíván visszatérni. Azt és úgy akarja gondolni, ami s amint „adódik”: magát az önmagát adó valóságot

33 Lásd Sárkány 2006, 96.

34 Sárkány 2006, 98.: „Frankl Husserlra közvetve utal, a legtöbbször Scheler, az orvos-filozófus Karl Jaspers vagy éppenséggel Eugen Fink fenomenológiaifogalmát és kritikáját követve [...] Az említett filozófusokhoz képest Frankl forrásként kizárólag Max Schelerre utal.”

35 Frankl munkássága és a fenomenológia kapcsolatáról lásd Sárkány 2006; valamint Sárkány 2008. Ez utóbbi kötet a filozófiai praxis fenomenológiai megalapozása mellett közelebbről elemzi Frankl és Scheler (105–149.), valamint Frankl és Heidegger (149–159.) bölcseleti kapcsolatát.

36 Marion 2013, 5.

kívánja szemlélni lehetőleg torzítás nélkül. *A fenomenológiai módszer* lényege tehát, hogy a legkülönbözőbb utólagos értelmezésektől, ideológiáktól, érdekektől megtisztított emberi tapasztalat elfogulatlan elemzése kíván lenni. A korkritikai beállítódás természetes módon következik ebből, amennyiben a fenomenológus szembeáll saját korának az eleven tapasztalatot eltorzító értelmezéseivel, és saját elemzéseivel megkísérli a torzítatlan valóságot fölmutatni.³⁷

Frankl természetesen mindezt a számára ismerős lélektan szakterületén vitte végbe, tehát a fenomenológiai módszert gyümölcsözően alkalmazta a logoterápiában és egzisztenciaanalízisben. Egyik talán leginkább filozofikus szövegében, *A tudattalan Isten* című művében világossá teszi a fenomenológia és a logoterápia módszertani egymásrautaltságát, a köztük lévő tudományos munkamegosztást:

„A fenomenológia ezt az önmegértést [ti. az utca emberének önmegértését] csak lefordítja a tudomány nyelvére; nem hoz értékítéletet semmilyen tény felett, hanem csak ténymegállapításokat tesz az utca emberének értékmegéléséről. A logoterápia aztán visszafordítja a közönséges, egyszerű ember nyelvére a fenomenológia által kidolgozott tudást.”³⁸

Tehát ezek szerint nem a fenomenológiailag eljáró terapeuta feladata, hogy kliense helyett értékítéleteket hozzon. Sokkal inkább a hozzá segítségért forduló személy saját értékmegélését kell segítenie föltárni s fogalmi alakra hozni. A föltárás és fogalmi alakra hozás annyiban fenomenológiai, amennyiben magának a kliensnek az életében megjelenő értékeket, illetve értéktapasztalást jeleníti meg, teszi érthetővé a fenomenológiai filozófia ideológiailag semleges, vallásilag el nem kötelezett nyelvezetén. A logoterapeuta természetesen nem a bölcselet tanáraként ül szemben kliensével, ezért a beszélgetésükben föltárulkozó összetett értékvalóságot

37 A fenomenológiai mozgalom mindkét atyja, Husserl és Heidegger saját kora gondolkodásának és kultúrájának öntudatos kritikusa volt.

38 Frankl 2002, 83.

mindenekelőtt a mindennapok nyelvén kell megvilágítania a rábízott számára.³⁹

Frankl mondandója velejéig fenomenológiai: az élet értelmességébe vetett hitről s erről az értelemmegtalálásba vetett reményről beszél. E hitet és reményt terapeutaként fenomenológiai módszerrel akarja megalapozni, azaz: *magában az emberi tapasztalatban (a terapeutikus összefüggésben természetesen a kliens saját tapasztalatában) kívánja fölmutatni az értelmesség jeleit.*

A *logoterápia* ezért az értelmességen alapuló pszichoterápia, amely az értelmet, az értelemkeresést, az emberi élet alapvető értékességébe és értelmes voltába vetett hitet tekinti alapvetőnek a lelki egészség szempontjából is. Frankl ebből a szempontból kiindulva bírálja a korábbi irányzatokat, így Freud és Adler iskoláit, ugyanakkor például a beszélgetés és az álomértelmezés módszerét átveszi a pszichoanalízisből s alkalmazza.⁴⁰ Bírálata tehát elsősorban filozófiai ihletésű, a modern tudományok és Freud, illetve Adler emberképét korigálja.⁴¹

II. A lelkiyakorlatok

5. Filozófiai lelkiyakorlatok?

5.1. Lelkiyakorlatok a kereszténységben

A *lelkiyakorlat* kifejezés a latin *exercitium spirituale* szó szerinti magyar fordítása. Johannes Cassianus ókori szerzetesíró egy elmélkedő eljárásra alkalmazta e kifejezés többes számát. A szó mai jelentését elsősorban a jezsuita rend alapítója, Loyolai Szent Ignác határozza meg, aki katonacemberként rendszerbe foglalt több gyakorlatot,

39 Vitatható, mennyiben „fordításról” van szó, s nem inkább arról, hogy a terapeuta a mindennapi nyelvet eleve fenomenológusként kezeli, s a mindennapi nyelvhasználatból kiindulva tár föl új jelentéseket kliense számára.

40 Az egzisztenciaanalitikus álomértelmezéshez lásd Frankl 2002, 33–41. Szerzőnk a 33. oldalon így ír: „...ugyanazt a módszert használjuk, amellyel Freud csak az ösztönös tudattalant kutatta”. (Kiemelés az eredetiben.)

41 Vö. Frankl 2002, 11–15. Frankl e művének egészét meghatározza a Freuddal való vita, miközben elismeri a pszichoanalízis érdemeit. Vö. pl. uo., 33, valamint Sárkány 2007b.

elmékedési módszert. Ignác lelkigyakorlatai óta a kifejezés gondosan megtervezett, gyakorlati következményekkel járó, vallásos elmékedési rendszert, illetve folyamatot jelent, az elmélyülés, elcsendesülés, elvonulás időszakát.⁴² Jámbor gyakorlatok és módszerek jelölésére korábban is használtak a kereszténységben hasonló kifejezést.⁴³

5.2. Lelkigyakorlatok a filozófiában

Pierre Hadot (1922–2010) nemrég elhunyt francia filozófiatörténész és filozófus alapos történeti kutatások, valamint Ludwig Wittgenstein olvasása alapján állította helyre az ókori filozofálás eredeti összefüggését.⁴⁴ Innen kiindulva értelmezte a filozófiát mindenekelőtt filozofikus életmódként, bölcsességre való törekvésként, tehát elsősorban gyakorlatként.

A filozofálás ilyen értelemben maga egy nagy lelkigyakorlat. Hadot szerint az ókori filozófusok írásait ilyen szempontból kell olvasnunk: céljuk nem a puszta elmélet, hanem – ahogy ma fogalmaznánk – a személyiségfejlesztés. Hadot közismert példája: Marcus Aurelius (121–180) császár *Elmékedései* a francia szerző értelmezésében egy lelkigyakorlatos könyvet képeznek.

Az egész filozófusi tevékenység ezek szerint egy olyan nagy lelkigyakorlat, amely sok kisebb (lelki)gyakorlatból áll össze. Hadot állítása alapján a korai keresztény szerzetesség több lelkigyakorlatot éppenséggel a görög filozófiából vett át. Így például a rendszeres (napi egyszeri vagy többszöri) lelkiismeretvizsgálat Hadot szerint filozófiai eredetű.

6. Filozófiai lelkigyakorlatok a koncentrációs táborban

Láttuk, hogy Allport szerint Frankl elbeszélése a ...*mégis mondj igent az életre!* című művében szinte észrevétlenül vezet be a logoterápia

42 A *Katolikus Lexikon* szócikke alapján: <http://lexikon.katolikus.hu/L/lelkigyakorlat.html> – 2013. október 10.

43 Pl. az Újszövetségben 1Tim 4,7: „a jámborságban gyakorold magadat” (latinul: „exerce teipsum ad pietatem”).

44 Lásd Hadot 2010, különösen 9–84.

bölcseletébe. Ugyanebben a könyvben filozófiai lelkigyakorlatokkal is találkozhatunk.

E szempontból talán a legfontosabb a szerző alapvető egzisztenciális kérdésfelvetése: a megváltoztathatatlannal szembeni beállítódásunk módosítása.⁴⁵ A logoterápiában később ez *beállítódás-moduláció* néven lett kimondott terápiás módszerre.⁴⁶ Frankl orvosként nagyon fontosnak tartotta, hogy e módszer alkalmazására kizárólag akkor kerülhet sor, ha már valóban mindent megtettünk a beteg fizikai állapotának javulásáért.

A továbbiakban két olyan filozófiai lelkigyakorlatot vizsgállok meg röviden, amelyek Frankl számára személyesen lehetővé tették, hogy fölülkerelkedjék a táborélet elkerülhetetlen szenvedésein.

6.1. Befelé menekülés

Frankl fölhívja olvasója figyelmét arra, hogy a koncentrációs táborban az ember belső életét a végletes elszegényedés veszélye fenyegeti.⁴⁷ Éppen ezért a különösen gazdag lelkivilágú emberek, akik hozzá vannak szokva az élénk szellemi élethez, a táboréletben megragadhatják a lehetőséget a „befelé menekülésre”.⁴⁸ Ugyanis legalábbis olykor vissza tudnak húzódní szellemi szabadságuk birodalmába, gazdag lelkivilágukba.

E lehetőség a túlélés szempontjából, tehát szigorúan orvosilag is figyelemre méltó: „csakis így érthető az a paradoxon, hogy a táboréletet olykor a törékeny alkatúak könnyebben elviselték, mint a robusztusabb emberek”.⁴⁹

Frankl e lelkigyakorlat kapcsán saját személyes példáját idézi föl. A fagyos és kegyetlen reggeli menetgyakorlaton a feleségére gondolt:

45 Vö. Frankl 2007, 112, 115.

46 Vö. Lukás 2011, 94–96.

47 A továbbiakhoz vö. Frankl 2007, 63–67. A belső elszegényedés kiváló leírását adja Kertész 1975.

48 Lásd a vizsgált fejezet címét.

49 Frankl 2007, 63.

„...minden gondolatomat betölti annak alakja, akit fantáziám oly hihetetlen elevenséggel idéz elém, ahogyan azt korábban, megszokott életemben soha át nem éltem. Beszélgetek feleséggemmel. Hallom válaszait, látom mosolyát.”⁵⁰

Feleségére emlékezve Frankl átéli a szeretet igazságát és bölcsességét. Megérti, hogy ha mindent el is vettek tőle, „lehet boldog – még ha csak pillanatokra is –, ha bensőséges odaadással fogadja magába a szeretett ember képét”.⁵¹ Szörnyű és kilátástalan élethelyzetében a szeretetteljes szemlélődés adja meg neki a kiteljesedést. Jóllehet egy pillanatra kiesik e szemlélődésből, azonban utána lelke újra a magasságokba emelkedik. A keserves munka közben szelleme még mindig a szeretett lélynél időzik.

Frankl ekkor döbben rá: nem lehet biztos benne, vajon felesége él-e még. Ugyanakkor belátja, hogy bizonyos szempontból nézve ez most lényegtelen, maga a kettejük szeretetének valósága s annak átéléséé az igazán fontos. Pontosan ez az a mozzanat, ami segít neki a túlélésben.

6.2. Árokbéli meditációk

A lelkigyakorlat másik példája szintén befelé fordulást jelent: Frankl „árokbéli meditációiról” van szó.⁵² Ez először is a múltra való boldog emlékezést jelenti, de az erőteljes benső élet igénye megvalósulhat a művészet vagy a természet szépségeinek erőt adó átélésében is.

A benső gyakorlatok méltán leghíresebbje azonban az, amelyre Frankl későbbi életében többször visszatér.⁵³ Érdeemes kicsit hosszabban idézni a szerzőt:

„...cselhez folyamodom: hirtelen látom magamat, amint egy jól megvilágított, szép, meleg és tágas előadóteremben az emelvényen állok, előttem érdeklődve figyelő hallgatóság ül kényelmes fotelokban

50 Frankl 2007, 65.

51 Uo.

52 A továbbiakhoz: Frankl 2007, 67–72.

53 Frankl 2007, 112. Vö. pl. Frankl 2015b, 144.

– s én beszélek; előadást tartok a koncentrációs tábor pszichológiájáról! S mindaz, ami most annyira nyomaszt és meggyötör, objektív megvilágításba került, minden elszenvedett kint a tudományosság magasabb szempontjai szerint mutathatók be és ábrázolhatók... S ez a csel lehetővé teszi számomra, hogy valamelyest felülemelkedjem az adott helyzeten, a jelenen, annak összes szenvedésével együtt.⁵⁴

Figyelemre méltó, hogy e tapasztalat kapcsán Frankl kimondottan a sztoikus ókori etika egyik örökösét, Spinozát idézi föl, aki szerint egy indulat vagy szenvedély megszűnik, amint tiszta és világos fogalmat alakítottunk ki róla.⁵⁵

6.3. Filozófiai praxis?

Frankl első példájával szemben föl lehet hozni, hogy egyrészt maga a szerző vallásos összefüggésben értelmezi azt, másrészt inkább önkéntelen élményről, semmint tudatos gyakorlatról van szó. Jóllehet a feleség emlékének kiváltó oka valóban egy esetleges bajtársi megjegyzés volt, Frankl utána többször tudatosan visszatért, mit több, egyszeri átélés után elvileg akárhányszor visszatérhetett az erőt adó emlékhez. Az emlék maga nem kimondottan Frankl vallásosságából, hanem személyes egzisztenciájából lép elő, s mély vallásos belátásokhoz juttatja őt.

A befelé fordulás további példái jórészt a múltba tekintenek, az elképzelt tudományos előadás azonban érdekes módon kimondottan a jövőre irányul. Éppen ezért lehet gyógyító erejű.⁵⁶ Ebben az esetben maga Frankl is érzi a Spinoza belátásával való szellemi rokonságot. Nem volna nehéz megmutatni, hogy az ókori sztoikus bölcsek hasonló gyakorlatokat ajánlottak a szenvedés jobb elviselésére: Spinozához hasonlóan számukra is az univerzum

54 Frankl 2007, 112.

55 Frankl 2007, 112–113.

56 Vö. Frankl 2015b, 144.: „...éppen az adja a fogoly számára is oly szükséges szellemi támaszt, ha tekintetét valamely »végre«, jövőbeli célra irányítja”.
A 146. oldalon két másik példát olvashatunk egy-egy ilyen jövőbeli célra, mindkettő egy-egy fogollyal való pszichoterapikus beszélgetésben bukkan föl.

megismerése, a fizika épp azért volt fontos, hogy a nagy egészbe belátást nyerve, helyesen, bizonyos tudományos tárgyilagossággal szemlélhessék saját szenvedésüket.

A „tudományosság magasabb szempontjai” mellett már önmagában kimondottan logoterápiai jelentőségű a jövő lehetőségének fölfedezése. Frankl később többször megtarthatta azt az előadást a valóságban, amelyet a lágerben még csak elképzelni tudott. Képzete segítségével személyes életének egy valós lehetőségét találta meg, ismerte föl, egy olyan értelmet, *logoszt*, ami segített neki túllépni a jelen gyötrelmein. Tehát egy olyan megvalósítandó értéket tárt föl, melynek lelkesítő vonzása erőt adott neki már a jelen szenvedései közepette. Frankl tudott dacolni a mával, mert volt kitekintése egy értékkel teli holnapra. Amint egyik kedvenc, Nietzsche-től származó idézete mondja: „Az ember szinte minden hogyan el tud viselni, ha van miért”.

Általánosságban szólva a logoterápia éppenséggel mindig egy ilyen egészen személyre szabott, a kliens személyére vonatkozó értelem, megvalósítandó értéklehetőség gyógyító erejét ismeri föl, s abban segít, hogy azt maga a kliens találja meg – akár a megváltoztathatatlannal szembeni belső beállítódása megváltoztatásában.

A logoterápia és az egzisztenciaanalízis mint filozófiai praxis természetesen nemcsak a megváltoztathatatlannal való szembesülés esetében, hanem jóval szélesebb körben alkalmazható: a szoros értelemben vett pszichoterápiás kezelésen kívül is, lényegében mindenütt, ahol az emberi személlyel van dolgunk, tehát a tanácsadásban, személyiségfejlesztésben, oktatásban, illetve minden nevelői viszonyban (mint logopedagógia), a felnőttképzésben (szociális munka, továbbképzések, személyiségfejlesztés), tanácsadásban.

A személyes felelősségre és értékekre való alapvető hivatkozás véleményem szerint kiváltképpen korszerűvé teszi mind a logopedagógiát, mind a logoterápiát korunkban és hazánkban, ahol történeti és társadalmi okok miatt oly sokan oly sokszor szívesen kerülnék el a saját felelősséget – igencsak megterhelve evvel többek között magát az amúgy is sok sebből vérző egészségügyi ellátó rendszert.⁵⁷

57 E belátást dr. Szigeccsán Tamás barátommal, gyakorló háziorvossal való beszélgetéseimnek köszönhetem.

7. Személyes zárszó

A „Soáh” egyik magyar túlélője, a Nobel-díjas Kertész Imre különös gondolattal fejezi be *Sorstalanság* című regényét:

„...még ott, a kémények mellett is volt a kínok szünetében valami, ami a boldogsághoz hasonlított. Mindenki csak a viszontagságokról, a »borzalmakról« kérdez: holott az én számomra tán ez az élmény marad a legemlékezetesebb. Igen, erről kéne, a koncentrációs táborok boldogságáról beszélnem nékik legközelebb, ha majd kérdik.”⁵⁸

Nem tudom, Kertész végül megírta-e beszámolóját a táborok boldogságáról. Bizonyos azonban, hogy Viktor Frankl nemcsak a viszontagságokról, hanem az átélt szenvedések értelméről is írt. Ő megtalálta a boldogságot ott, a lágerben és később, saját személyes életében.

Ludwig Wittgenstein jegyezte meg: „A jó hasonlat fölpezsdíti az értelmet”.⁵⁹ Egyetlen szépirodalmi művében maga Frankl is kifejezi azt a gondolatot, hogy a művészet egy-egy képpel sokkal többet tud átadni, mint a filozófia sok-sok szóval.⁶⁰ Ezért befejezésül hadd idézzek föl egy verset. William Ernest Henley (1849–1903) angol viktoriánus költőtől származik és szép, 19. századi példáját nyújtja a sztoikus szellemnek: egy sajátos magatartást vázolva tulajdonképpen egy filozófiai lelkigyakorlatot vetít elénk.⁶¹ E költeménynek különös hitelességet kölcsönöz ama körülmény, hogy szerzője, Henley 12 éves kora óta tuberkulózisban szenvedett, s emiatt 17 éves korában bal lábát térde alatt amputálták. Ennek ellenére teljes életet élt. A híres skót író, Robert Louis Stevenson mostohafia például kimondottan életvidám s életerős emberként emlékszik vissza rá. Íme a vers:

58 Kertész 1975, 333.

59 Wittgenstein 1995, 8.

60 Frankl 2015a, 24skk.

61 E vers ihlette Clint Eastwood *Invictus* című filmjét, s el is hangzik benne. A filmet érdemes volna logopedagógiai szempontból elemezni.

A legyőzhetetlen

Az éj mélyéből, mely beborít
Feketén, mint kozmikus szakadék,
Ismeretlen istenek, hálám hív
Titeket, legyőzhetetlen lelkemért.

Foglyaként vad tények uralmának,
föl nem kiáltok, nem rezzen arcom,
A véletlen súlyos ütlege alá
Vérző fejem le nem hajtom.

E lakhelyén túl haragnak-könnynek
csak az árny Rettenete honol,
ám, hiába ijesztenek az évek,
nem félek és nem is fogok.

Nem számít, mily szoros az út,
mennyi sorsomtól büntetésem,
én vagyok végzetemen az úr,
lelkemnek útját magam vezérlem.⁶²

Igaz, Henley verse nem az emlékek összegyűjtéséről szól, mégis szépen összecseng Frankl munkásságával. Mindketten „a szellem dacoló” hatalmáról tanúskodnak. Őket olvasva megérthetjük, hogy az igazi gondolkodás nemcsak a múlt fölidézése, hanem egyúttal emlékezés a jelen és a jövő értékkel és értelemmel teli lehetőségeire.

62 Saját fordítás. Az angol eredetét lásd pl. <http://www.poetryfoundation.org/poem/182194> – Letöltés: 2015. szeptember 11.

Irodalom

- Allport, Gordon W. (2007): Előszó az angol nyelvű kiadáshoz. In: Frankl, Viktor E. (2007): *...mégis mondj igent az életre! Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábort*. Jel Kiadó, Budapest, 13–17.
- Batthyány, Alexander (2007): Viktor E. Frankl élete és munkássága. In: Viktor E. Frankl – Pinchas Lapide: *Istenkeresés és értelemkeresés. Párbeszéd*. Jel Kiadó, Budapest, 95–105.
- Batthyány, Alexander (2005): Vorbemerkungen. In: Viktor E. Frankl (2006): *Gesammelte Werke, Band 2, Psychologie des Konzentrationslagers. Synchronisation in Birkenwald. Und ausgewählte Briefe 1945–1993*. (Szerkesztette: Alexander Batthyány – Karlheinz Biller – Eugenio Fizzotti). Böhlau, Wien – Köln – Weimar, 7–32.
- Bokor Péter (1988): Előszó. In: Viktor E. Frankl: *...mégis mondj igent az Életre! Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábort*. Pszichoteam Mentálhigiénés Módszertani Központ, Budapest, 3–10.
- Frankl Viktor E. (2010b): A koncentrációs tábor pszichológiája és pszichiátriája. In: *Die Grundlagen der Logotherapie. A logoterápia alapjai* (szerkesztette: Sárkány Péter – Zsók Ottó). Jel Kiadó, Budapest, 204–249.
- Frankl, Viktor E. (2006a): A pszichoterápia szellemi problematikája. In: uő.: *Értelem és egzisztencia. Előadások és tanulmányok*. Jel Kiadó, Budapest, 7–23.
- Frankl, Viktor E. (2002): *A tudattalan Isten. Pszichoterápia és vallás*. EuroAdvice, hely nélkül, 2002.
- Frankl, Viktor E. (2015a): *Birkenwaldi szinkronizáció*. Jel Kiadó, Budapest.
- Frankl, Viktor E. (2010a): Grundriß der Existenzanlyse und Logotherapie / Az egzisztenciaanalízis és logoterápia alapjai. In: *Die Grundlagen der Logotherapie. A logoterápia alapjai* (szerkesztette: Sárkány Péter – Zsók Ottó). Jel Kiadó, Budapest, 8–203.
- Frankl, Viktor E. (2006b): Filozófia és pszichoterápia. In: uő.: *Értelem és egzisztencia*, 2006, Jel Kiadó, Budapest, 25–33.
- Frankl, Viktor E. (2007): *...mégis mondj igent az életre! Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábort*, Jel Kiadó, Budapest.
- Frankl, Viktor E. (2015b): *Orvosi lélekgondozás. A logoterápia és egzisztenciaanalízis alapjai*. Jel Kiadó, Budapest.
- Frankl, Viktor E. – Lapide, Pinchas (2007): *Istenkeresés és értelemkeresés. Párbeszéd*. Jel Kiadó, Budapest.
- Hadot, Pierre (2010): *A lélek iskolája. Lelki gyakorlatok és ókori filozófia*. Kairosz, Budapest.
- Heidegger, Martin (1989): *Lét és idő*. Budapest, Gondolat.

- Heidegger, Martin (2009): *Mit hívünk gondolkodásnak?* Gond-Cura Alapítvány, Budapest.
- Kertész Imre (1975): *Sorstalanság*. Magvető, Budapest.
- Lukas, Elisabeth (2011): *A logoterápia tankönyve*. Agapé, Kiskundorozsma.
- Marcel, Gabriel (2007): Előszó a francia nyelvű kiadáshoz. In: Frankl, Viktor E.: ...*mégis mondj igent az életre! Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábor*. Jel Kiadó, Budapest, 19–20.
- Marion, Jean-Luc (2013): *A látható kereszteszűdése*. Bencés, Pannonhalma.
- Sárkány Péter (2007a): A kiadó előszava. In: Frankl, Viktor E.: ...*mégis mondj igent az életre! Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábor*. Jel Kiadó, Budapest, 9–11.
- Sárkány Péter (2007b): Viktor Frankl vallásbölcseletének alapvonalai. In: Viktor E. Frankl – Pinchas Lapide: *Istenkeresés és értelemkeresés. Párbeszéd*. Jel Kiadó, Budapest, 127–141.
- Sárkány Péter (2006): Az élet és a szellem aszkétája. Egzisztenciaanalízis a fenomenológia vonzaskörében. In: Viktor E. Frankl: *Értelem és egzisztencia*. Jel Kiadó, Budapest, 95–118.
- Sárkány Péter (2008): *Filozófiai lélegzõgondozás. Fenomenológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis*. Jel Kiadó, Budapest.
- Wittgenstein, Ludwig (1995): *Észrevételek*. Atlantisz, Budapest.
- Wittgenstein, Ludwig (1998): *Filozófiai vizsgálódások*. Atlantisz, Budapest.
- Zsók Ottó (2010): Az élet értelmét keresõ ember. Viktor Frankl (1905–1997) életmûvének jelentõsége. In: *Die Grundlagen der Logotherapie. A logoterápia alapjai*. (Szerkesztette: Sárkány Péter – Zsók Ottó). Jel Kiadó, Budapest, 299–321.

Helyek a világhálón:

Katolikus Lexikon lásd: <http://lexikon.katolikus.hu/L/l elkigyakorlat.html> – 2013. október 10-én.

<http://www.poetryfoundation.org/poem/182194> – 2015. szeptember 11.

Abstract

Viktor E. Frankl and the Spiritual Exercises in Philosophy

A logotherapeutic introduction into philosophical praxis

Keywords: *logotherapy, philosophical praxis, spiritual exercises in philosophy, phenomenology*

This paper aims at a personal introduction into the philosophical praxis of Viktor E. Frankl. After clarifying some basic concepts I give a brief

sketch of Frankl's life and main achievements. Then special attention is given to one of his important work – known in English under the title *Man's Search for Meaning* – and also to the relationship between logotherapy and phenomenological philosophy. The second part of my paper starts with clarifying the concept of spiritual exercises in philosophy. Afterwards I analyze two examples of such an exercise from Frankl's own life. Finally, I want to pose a challenge to my reader by calling to mind William Ernest Henley's poem called "Invictus". Throughout this paper my approach is in the first place philosophical. I am convinced that both challenging ideas and active remembering belong to philosophy. Only in this way can a philosophical praxis help us to handle our own memories well.

Bakos Gergely OSB bencés szerzetes, filozófus, a budapesti Sapientia Szerzetesi Hittudományi Főiskola (SSZHF) Filozófia Tanszékének vezetője, főiskolai docens, a *Scintillae Sapientiae* és az *Amici Sapientiae* könyvsorozatok sorozatszerkesztője, Viktor E. Frankl *Birkenvaldi szinkronizáció* c. művének magyarra fordítója. Szakmai munkásságának részletes ismertetőjét és közleményeinek jegyzékét lásd: <http://www.sapientia.hu/hu/foiskolank/oktato/7>. Jelenleg Nicolaus Cusanus *De pace fidei* c. művének kommentált magyar fordításán dolgozik.

Az értelemközpontú egzisztenciaanalízis módszertana¹

Kulcsszavak: *ontológiai egzisztenciaanalízis, ontikus egzisztenciaanalízis, fenomenológiai beállítódás, élethelyzet elemzése, egzisztenciálé, értelem-értelmezés*

A logoterápia és egzisztenciaanalízis szakirodalmában részletesen tárgyalt módszerek közé tartozik a *paradox intenció*, a *dereflexió* és a *beállítódás moduláció*.² A tudományos igényű tanulmányok keveset foglalkoznak az *egzisztenciaanalízissel*, azzal, hogy az egzisztenciaanalízis lépésekre bontható önálló fenomenológiai eljárásnak tekinthető. Tanulmányom célja, hogy vázolja az egzisztenciaanalízis módszertani lépéseit. A gondolatmenet a következőképpen alakul: először rekonstruálom az egzisztenciaanalízis Frankl által elkülönített jelentéseit, és rögzítem a témával kapcsolatos fontosabb állításaimat. Ezt követően elkülönítem az „értelemközpontú egzisztenciaanalízisnek” nevezett módszer lépéseit. Végül pedig az értelemközpontú egzisztenciaanalízist a daseinanalízis és az egzisztenciális pszichoterápia koncepcióival vetem össze.

1. Az egzisztenciaanalízis dimenziói

Mindenekelőtt azt érdemes megvizsgálni, hogy a jelentősebb írásai-ban Frankl milyen értelemben használja az egzisztenciaanalízis szót.

Az 1938-ban közreadott *Filozófia és pszichoterápia* című tanulmány alcíme az egzisztenciaanalízis megalapozásának igényét jelenti be.³ Ebben az írásban a logoterápia és az egzisztencia-

1 A jelenlegi tanulmány egy korábbi írásom (Sárkány 2014a) alapján készült. Az eredeti szöveget jelentős mértékben kiegészítettem és átdolgoztam.

2 Vö. Lukas 2011.

3 Frankl 2010.

analízis szavak együtt szerepelnek annak az új értelemközpontú pszichoterápiás irányzatnak a megjelölésére, amely a fenomenológia és az egzisztenciafilozófia belátásaiból tudatosan merít. A pszichoterápia és a filozófia kapcsolata az egzisztenciaanalízis fogalmában körvonalazódnak.

Az 1946-ban megjelentett *Orvosi lelkgondozás* című főművében Frankl az egzisztenciaanalízist egyfelől filozófiai-antropológiai elméletként, másfelől viszont sajátos kezelési módként értelmezi. Az egzisztenciaanalízis a szellemi megközelítésű pszichoterápia, vagyis a logoterápia kiegészítő aspektusa, amely elsősorban a felelős-lét tudatosítására törekszik.

„A pszichoterápia pszichoanalízisként azt akarja tudatosá tenni, ami a lélekben van, ezzel szemben a logoterápia azt, ami szellemi; ezen belül egzisztenciaanalízisként elsősorban a felelős-létet [...] igyekszik az emberben tudatosítani.”⁴

A felelős-lét elemzése mindenekelőtt arra mutat rá, hogy „a felelősség mindig valamilyen értelemmel szembeni felelősség”.⁵ Ebből kifolyólag magától értetődő, hogy az egzisztenciaanalízishez szorosan hozzátartozik az értelem kérdésének elemzése is. Frankl szerint ugyanis az orvos szükséghelyzetben találja magát: az értelemkérdést „a szellemi szükséghelyzetben” lévő páciens feszegeti.⁶ Ennek a kötetnek a gondolatmenetét az egzisztenciaanalízis két fogalma tagolja: a.) Általános egzisztenciaanalízis; b.) Speciális egzisztenciaanalízis. Az általános egzisztenciaanalízis fejezetben Frankl az egzisztencia sajátos jellemzőire (öntranszcendencia, szabadság, felelősség, értelemközpontúság), kihívásaira (szenvedés, bűn, halál) és lehetőségeire (munka, szerelem) koncentrálnak. A „speciális” egzisztenciaanalízisnek szentelt fejezetben pedig a neurózisok és a pszichózisok sajátos értelmezésére kerül sor. Frankl arra mutat rá, hogy a neurózis nem kizárólag fizikai okok következménye vagy a pszichikai és szoci-

4 Frankl 2015, 61.

5 Uo.

6 Uo.

ális dimenzió kifejeződése lehet, hanem „az egzisztencia egyfajta módozata”.⁷ Ennek megfelelően a speciális egzisztenciaanalízis feladata, hogy az embert életfeladatához közelebb vigye.⁸

Az 1959-ben kiadott *Az egzisztenciaanalízis és logoterápia alapjai* című tanulmányában Frankl a logoterápia és egzisztenciaanalízis öt aspektusát különíti el: a.) Egzisztenciaanalízis mint a személyes egzisztencia elemzése; b.) Egzisztenciaanalízis mint a kollektív neurózisok terápiája; c.) Egzisztenciaanalízis mint orvosi lelkigondozás; d.) A logoterápia mint a noogén neurózisok specifikus terápiája; e.) A logoterápia mint nem specifikus terápia.⁹

Frankl ebben az írásban is az egzisztenciaanalízis filozófiai vonatkozásaira hívja fel a figyelmet. A személyes egzisztencia elemzése során azoknak a kategóriáknak a leírása történik meg, amelyek a logoterápia alapjául szolgálnak. A kollektív neurózisok terápiája és az orvosi lelkigondozás pedig a gyakorlati filozófia és teológia határterületét tárja fel a világnézeti kérdésfelvetés és az orvosi vigasztalás lehetőségeinek számbavételével. Az egzisztenciaanalízis és logoterápia szempontjainak közelségét a tanulmány egyik következtetlennül használt alcíme is példázza: *A logoterápia mint orvosi lelkigondozás*.¹⁰ Frankl tehát az alcímekben már nem az egzisztenciaanalízist, hanem a logoterápiát azonosítja az orvosi lelkigondozás feladatával. Ebből is jól látszik, hogy a logoterápia és az egzisztenciaanalízis szavak sokszor szinonimáknak tekinthetők.

A két elnevezés által megjelölt feladatkör közelsége ellenére fontos körvonalazni az egzisztenciaanalízis filozófiai-módszertani helyét és jelentőségét Frankl munkásságában. Ehhez elsősorban az úgynevezett *ontológiai* és *ontikus* egzisztenciaanalízis jelentéseit érdemes megvizsgálni.

Ontológiai egzisztenciaanalízis alatt Frankl mindenekelött pszichoterápiái antropológiát ért, amely az egzisztencia *ontológiai*

7 Frankl 2015, 206.

8 Uo.

9 Frankl 2010, 11.

10 Frankl 2010, 109.

értelmezésére vállalkozik.¹¹ A személyes egzisztencia (*personale Existenz*) olyan általános jellemzőit vizsgálja, mint a fakultatívitas, a szellem dacoló hatalma (*Trotzmacht des Geistes*) és az öntranszcendencia.¹²

Az egzisztencia ontológiai értelmezésének feladatától Frankl elkülöníti az *ontikus* értelemben vett egzisztenciaanalízist. Ez tulajdonképpen az „ontikus egzisztencia” értelmezése: a személyes egzisztencia konkrét feltárulkozása élettörténetében és életrajzában.¹³

Frankl legtöbb művében az ontológiai egzisztenciaanalízisre helyezi a hangsúlyt. Ez érthető, hiszen egy új „szellemi megközelítésű pszichoterápia” megalapozására törekszik.¹⁴ Ezért fontos szempontként merül fel számára annak az emberképnek a rögzítése, amely a logoterápia alapjául szolgál. Tény viszont, hogy az antropológiai horizont leírása után Frankl nem tér ki a konkrét személyes egzisztencia elemzésének módszertani vonatkozásaira.¹⁵ Úgy tűnik, magától értetődőnek veszi, hogy a terapeuta az egzisztenciaanalízis általános szempontjait a pszichoterápia folyamatában automatikusan érvényesíteni tudja. Tanulmányom ehhez a ponthoz a következő kérdéssel kapcsolódik: vajon nem tekinthető-e önálló módszernek az ontikus egzisztencia értelmezésére vállalkozó egzisztenciaanalízis? Állításom szerint erről van szó: az egzisztenciaanalízis önálló fenomenológiai módszer, amelyben a tudományos igényű filozófiai elemzés összekapcsolódik a pszichoterápia gyakorlatával, s amelyet a segítő hivatású szakember a logoterápia ismert eljárásait megelőzően alkalmaz. Állításom alátámasztása érdekében a következő két pontban koncepciózusosan elkülönítem az *ontológiai* és az *ontikus* egzisztenciaanalízis módszertani lépéseit.

11 Frankl 2010, 11.

12 Frankl 2010, 13–33.

13 Frankl 2010, 11.

14 Frankl 2015, 43.

15 Amikor Frankl ontikus értelemben fontos példákat elemez, akkor is inkább az ontológiai háttér megvilágítása a cél. Lásd például az egzisztenciaanalitikus álomértelmezéshez kapcsolódó esetismertetéseit (Frankl 2002, 33–41).

2. Ontológiai egzisztenciaanalízis

A egzisztenciaanalízis kidolgozása során Frankl a fenomenológia módszerére támaszkodik. Ennek három lényeges aspektusát különítem el: *A fenomenológiai beállítódás érvényesítése; Az egzisztenciálék leírása; A prereflexív ontológiai önmegértés értelmezése.* Ezek az aspektusok egymásra épülnek és egymással szorosan összefüggenek. Értelmezésem szerint az egzisztenciaanalízis fenomenológiai módszerének egyes lépéseit testesítik meg.

2.1. A fenomenológiai beállítódás érvényesítése

Frankl fenomenológiai beállítódása egyértelműen tetten érhető, még akkor is, ha ezt a kifejezést nem használja. A *Metaklinikai előadások*ban hivatkozik a fenomenológiai filozófiára, amely az objektív módon adott realitásból indul ki, és a valóságot nem mint valami másnak a megnyilvánulásaként kívánja leleplezni.¹⁶ A fenomenológiai beállítódás a valóság, vagyis az emberi egzisztencia megragadását célozza meg. Ennek érdekében Frankl zárójelezi a különböző tudományos megközelítések reduktív szemléletét, hiszen a pszichoterápia gyakorlata nem támaszkodhat kizárólag az egyes diszciplínák aktuális eredményeire. Ezek alapján nem dolgozható ki egy, a terápiás munka számára nélkülözhetetlen emberkép.

„A specialisták korát éljük; ám ők számunkra a valóságnak csak részleges távlatait, szempontjait mutatják meg. *A kutatási eredmények fájától a kutató nem látja a valóság érdekét.* A kutatások eredményei nemcsak részlegesek, hanem összeilleszthetetlenek is, bajosan állnak össze egységes világ- és emberképpé.”¹⁷

A fenomenológiai beállítódás további sajátossága a korábbi pszichoterápiás irányzatok pszichologizmussal és szociologizmussal terhelt szemléleteinek érvénytelenítése és a dimenzionálonológiai

16 Vö. Frankl 1996, 85–86.

17 Frankl 2015, 45.

szemlélet alkalmazása.¹⁸ A dimenzionálonológia segítségével Frankl a pszichoterápia antropológiai alapjait és saját vizsgálódásainak szellemi nézőpontját rögzíti.

„Nos, én úgy szeretném az embert definiálni, mint egységet a sokféleség ellenére. Mert létezik antropológiai egységesség az ontológiai különbözőségek, a különböző létmódok közti különbségek ellenére. Az emberi egzisztencia jele az antropológiai egységesség és az ontológiai különbözőségek egyidejű létezése az egységes emberi létformák és a különböző létmódok között, melyekben részesül. Röviden, az emberi egzisztencia »unitas multiplex«...»¹⁹

A fentiek alapján a fenomenológiai beállítódás három egymásból szorosan következő részaspektusa különíthető el: (1) Az egzisztencia valóságának megragadása; (2) A pszichologizmus téves eljárásának kiküszöbölése; (3) A szellemi nézőpont érvényesítése a dimenzionálonológiai szemlélet segítségével.

A *fenomenológiai beállítódásként* elkülönített lépésben Frankl megte-remti az egzisztenciára irányuló elemzés feltételeit.

2.2. Az egzisztenciálék leírása

A fenomenológiai beállítódás teszi lehetővé az ontológiai egzisztenciaanalízis további elmélyítését. Az egzisztenciaanalízis az ember általános és lényegi sajátosságainak a leírására vonatkozik. Az egzisztenciára jellemző aspektusok kiemelésére Frankl az *egzisztenciálék* heideggeri fogalmát használja.²⁰ Heidegger szerint az egzisztenciálék (*Existenzialien*) az ember, pontosabban a *Dasein* sajátos létjellemezői.

„Mivel az egzisztencialitás határozza meg őket, a jelenvaló létjellemezőit *egzisztenciáléknak* nevezzük. Ezeket élesen meg kell

18 Frankl 2015, 50–56.

19 Frankl 2015, 50–51.

20 Frankl 2010, 33.

különböztetni a nem-jelenválólétszerűen létezőnek a létmeghatározásaitól, melyeket *kategóriáknak* nevezünk.”²¹

Frankl a személyes egzisztencia ontológiai értelmezése során három fontos egzisztenciálét különít el: szellemiség (*Geistigkeit*), szabadság (*Freiheit*) és felelősség (*Verantwortlichkeit*).²² A filozófiai szakirodalommal összhangban Frankl leírja a szellemiség nála-lét (*bei-sein*) és egymásnál-lét (*bei-einander-sein*) jellemzőit, a szabadság negatív és pozitív fogalmát, valamint a felelősség különböző dimenzióit („valaki”, „valaki vagy valami előtt” és „valamiért”).²³ Ezáltal Frankl azokat a humánspecifikus aspektusokat hangsúlyozza, amelyeket a korábbi pszichoterápiás elméletek (pszichoanalízis és individuálpszichológia) figyelmen kívül hagytak vagy leegyszerűsítve értelmeztek.

A *szellemiség* leírása arra hívja fel a figyelmet, hogy az ember mindig irányul valamire vagy valakire. Az egzisztencialitás mértéke nem az önreflexióval, hanem az öntranszcendenciában megnyilvánuló intencionalitás fokával áll összefüggésben.²⁴

„Az ember nem azért van, hogy saját magát megfigyelje, saját magát tükrözze vissza, hanem azért, hogy kiszolgáltassa magát, feláldozza magát, megismerően és szeretve átengedje magát valakinek vagy valaminek.”²⁵

A *szabadság* Frankl szerint önértelmezésünk szerves része. Az ember túl van a szükségszerűségen, mert viszonyulni képes hozzá.²⁶ Lényeges az ember „individuais beállítódása” (*individuale Einstellung*), személyes állásfoglalása a „természetes helyével” (*naturale Stellung*) szemben.²⁷ A szabadság és a szellemiség egzisztenciáléi szorosan

21 Heidegger 1989, 143–144.

22 Frankl 2010, 33.

23 Uo.

24 Uo.

25 Frankl 2010, 45.

26 Vö. Frankl 2010, 55.

27 Frankl 2010, 61.

összefüggnek, hiszen az egyik a másikra utalva mutatja meg az ember lényegét.

„Minden emberi feltételekhez kötött, mégis a tulajdonképpeni emberi csak akkor nyilvánul meg, ha és amennyiben képes felül-emelkedni önnön meghatározottságán [...]. Így az ember egyáltalán csak akkor ember, ha és amennyiben – mint szellemi lény – testi és lelki létezésén *túlra* irányul.”²⁸

A *felelősség* az egzisztenciaanalízis központi elemének tekinthető, hiszen a szellemiség és a szabadság egzisztenciáléit előfeltételezi. Intencionalitás és szabadság nélkül ugyanis nem beszélhetünk felelősségről. Ezért az egzisztenciaanalízis szempontjából a felelősség „kitüntetett” egzisztenciáléna minősíthető, amelynek a leírása egyfelől rögzíti az emberkép legfontosabb elemét, másfelől – mint már fentebb utaltam rá – meghatározza a konkrét terápia célkitűzését. Frankl szerint a felelősség- és értelemközpontú szemlélet a kor követelménye. Ezt nem pusztán a terápiában, hanem a nevelésben és a hétköznapi életben is fontos belátni.

„Így vagy úgy, a nevelés – ma sokkal inkább, mint valaha – felelősségre nevelés. A bőség társadalmában élünk, de ez a fölösleg nemcsak az anyagi javak, hanem az információk fölöslegét, az információrobbanást is jelenti. [...] Ha az ember a tömegtájékoztató eszközökből áradó ingerek tömkelegében fenn akar maradni, akkor tudnia kell, mi helyes és mi nem, mi a lényeges és mi nem az, egyszóval: minek van értelme és minek nincs.”²⁹

Az egzisztenciálék leírása is három részaspektust foglal magában: (1) A szellemiség értelmezése; (2) A szabadság értelmezése; (3) A felelősség értelmezése. Az egzisztencia sajátosságainak értelmezését a fenomenológiai elemzés teszi lehetővé. Noha Frankl több helyen is hangsúlyozza, hogy az egzisztenciaanalízis kidolgozása során a filozófia eredményeire támaszkodik, mégis leegyszerűsítő

28 Frankl 2010, 63.

29 Frankl 2002, 80.

lenne, ha törekvéseiben kizárólag alkalmazott fenomenológiát vagy egzisztenciafilozófiát látnánk. Az egzisztenciaanalízis ugyanis sajátos nézőpontot érvényesít. Ez a sajátos fenomenológiai nézőpont a harmadik módszertani lépésben érhető tetten.

2.3. A prereflexív ontológiai önmegértés értelmezése

Az egzisztenciaanalízis során Frankl határozottan rögzíti fenomenológiai elemzésének kiindulópontját, az ember *prereflexív ontológiai önmegértését*.³⁰ Érdeemes szó szerint idézni a vonatkozó szövegrészt:

„Ha tisztán fenomenológiai elemzés során vizsgálánk az egyszerű és közönséges ember, az *utca emberének* önmegértését, akkor mi is megtanulnánk, hogy embernek lenni azt jelenti, hogy állandóan különféle helyzetekkel szembesülünk, amelyek mindegyike egyszerre adomány és feladat. Egy ilyen feladat azt *adja fel* nekünk, hogy beteljesítsük az értelmét. És ugyanakkor annak lehetőségét *adja* nekünk, hogy az értelem beteljesítése által megvalósítsuk önmagunkat. Minden helyzet olyan hívás, amelyre hallgatnunk, amelynek engedelmeskednünk kell.”³¹

Frankl tehát a hétköznapi ember önmegértését vizsgálja. Fenomenológiai elemzései arra mutatnak rá, hogy az ember a különféle szituációk értelmét látja és megvalósítja. A hétköznapi életben élni annyit jelent, mint a helyzetekben adódó feladatokat elvégezni, az általuk nyújtott lehetőségekkel élni. Ennek eredményeképpen fogalmazódik meg a logoterápia és egzisztenciaanalízis fontos tézise, hogy az ember nemcsak törekszik az értelemre, hanem meg is találja azt. Jelentősége miatt érdemes idézni ezt a szövegrészt is:

„Ha ugyanis fenomenológiai elemzésnek vetnénk alá az utca egyszerű és közönséges emberétől megismerhető közvetlen, hamisítatlan élményt, és lefordítanánk a tudományos szakkifejezések nyelvére, akkor kiderülne, hogy az ember nemcsak kutat

30 Vö. Frankl 2002, 81–88.

31 Frankl 2002, 81.

– értelemre törekvő akarata révén – az értelem után, hanem meg is találja azt, mégpedig háromféle módon. Az ember mindenekelőtt abban lát értelmet, hogy tesz vagy alkot valamit. Ezenkívül abban, hogy átél valamit, szeret valakit; de alkalomadtán még egy reménytelen helyzetben is, amelyben tehetetlennek érzi magát, bizonyos körülmények között megtalálja az értelmet.³²

Frankl tehát fenomenológiai elemzés segítségével tipologizálja az értelemmegvalósítási lehetőségeket (az élmény, az alkotói és a beállítódási értelem). Ezzel egy sajátos egzisztenciális nézőpontú érték- és értelemfenomenológiát dolgoz ki, amely – az emberkép megfogalmazásával párhuzamosan – szintén a logoterápia és egzisztenciaanalízis legfontosabb alapjának tekinthető. Ezért véleményem szerint nem túlzás azt állítani, hogy Frankl tulajdonképpen fenomenológiai okok miatt ragaszkodik az általa kidolgozott pszichoterápia kettős elnevezéséhez (logoterápia és egzisztenciaanalízis). A prereflexív ontológiai önmegértés elemzése ugyanis a személy, a szituáció és az értelem elválaszthatatlan egységére mutat rá. Ebben az egységben az egzisztencia rászorol arra az értelemre, amely egy konkrét szituációban mint lehetőség tárul fel. Ennek köszönhetően Frankl filozófiája logoszközpontú egzisztenciafilozófiának aposztrofálható, amely a logosz (érték, értelem) felől értelmezi az egzisztenciát.

„Az olyan véges lénynél, mint az ember, az egzisztenciának és az esszenciának nem kell egybeesnie, egybevágnia. Az értelemnek mindenkor meg kell előznie a létezést, mert csak akkor lehet az értelem az, ami a saját értelme: hogy a *létezés élenjárója*. Fordított esetben az egzisztencia összeomlik, ha nem transzcendálja magát azáltal, hogy túllép önmagán.”³³

A prereflexív ontológiai önmegértés tehát egyben axiológiai önmegértés, hiszen az ember értelemre irányultságára mutat rá.³⁴

32 Uo.

33 Frankl 2015, 107.

34 Frankl néhány helyen nem ontológiai, hanem prereflexív *axiológiai* önmegértésről ír. Lásd: Frankl 1996, 58, 68.

A három érték kategóriához (alkotás, élmény és beállítódás) kapcsolódó értelemmegvalósítási lehetőségek az emberi egzisztencia kibontakozási lehetőségei. Frankl értelmezésében konkrétan az érték mindig – egy szituáció és személy vonatkozásban – értelemként adódik. Az értelemet tehát nem lehet önkényesen konstruálni, mert egy konkrét szituációban adott személyre szabott lehetőségről van szó.

„Az értelem tehát mindenkor egy konkrét szituáció konkrét értelme. Mindig a »pillanat követelménye«, ami azonban mindenkor egy konkrét személyhez szól. S ahogy minden egyes szituáció egyszeri, ugyanúgy minden egyes személy egyedülálló. Minden nap, minden óra egy új értelemmel szolgál, és minden emberre egy másik értelem vár. [...] Nincs olyan helyzet, melyben az élet ne kínálna fel egy értelemlehetőséget, s nincs olyan személy, akinek az élet ne tartogatna egy feladatot.”³⁵

Az értelmet bizonyos helyzetekben éppen azért keressük, mert azt alapvetően megtalálni szoktuk. Frankl fenomenológiai szempontból az értelemtalálást és az értelemmegvalósítást tekinti elsődlegesnek, mivel az értelemkeresés már eleve feltételezi az értelemtalálást. Az ontológiai egzisztenciaanalízis mint prereflexív ontológiai önmegértés tulajdonképpen az értelemtapasztalat három részaspektusára mutat rá: (1) értelemkeresés; (2) értelemtalálás; (3) értelemmegvalósítás.

Az ontológiai egzisztenciaanalízis minden szintjén a fenomenológiai módszer érvényesült. A fenomenológiai beállítódás az elemzés lehetőségét teremti meg, míg az egzisztenciálék leírása az ember

35 „Sinn ist also jeweils der konkrete Sinn einer konkreten Situation. Er ist jeweils die »Forderung der Stunde«. Sie aber ist jeweils an eine konkrete Person adressiert. Und genauso wie jede einzelne Situation etwas Einmaliges ist – genauso ist jede einzelne Person etwas Einzigartiges.

Jeder Tag, jede Stunde wartet also mit einem neuen Sinn auf, und auf jeden Menschen wartet ein anderer Sinn. [...] Es gibt keine Situation in der das Leben aufhören würde, uns eine Sinnmöglichkeit anzubieten, und es gibt keine Person, für die das Leben nicht eine Aufgabe bereithielte.” Frankl 1978, 30–31.

lényegi sajátosságait rögzíti. Végül pedig a prereflexív ontológiai önértelmezés értelmezése az ember hétköznapi viszonyulásának értelemközpontúságára mutat rá. Az ontológiai egzisztenciaanalízis módszertani lépései az alábbi táblázatban foglalhatók össze:

Az ontológiai egzisztenciaanalízis módszertani lépései

I. Fenomenológiai beállítódás

- (1) Az egzisztencia megragadása
- (2) Pszichologizmus-kritika
- (3) Szellemi nézőpont érvényesítése

II. Az egzisztenciálék leírása

- (1) A szellemiség értelmezése
- (2) A szabadság értelmezése
- (3) A felelősség értelmezése

III. A prereflexív ontológiai önmegértés elemzése

- (1) Értelemkeresés
- (2) Értelemtalálás
- (3) Értelemmegvalósítás

3. Ontikus egzisztenciaanalízis

Az ontikus egzisztencia értelmezésére vállalkozó egzisztenciaanalízis jellemzői az ontológiai egzisztenciaanalízis lépései alapján rögzíthetők. Az egzisztenciaanalízis módszerét alkalmazó segítő hivatású szakember (terapeuta, tanácsadó, lelkipozdó, szociális munkás, pedagógus stb.) a fenomenológiai beállítódás érvényesítéséből indul ki, majd az egzisztenciáléokra irányuló elemzésekkel párhuzamosan az értelemmegvalósítás lehetőségeire koncentrálnak. Természetesen ezek a módszertani lépések egymással szorosan összefüggenek, elkülönítésük elsősorban a folyamat megértését szolgálja. Annak a folyamatnak a megértését és leírását, amelynek során a konkrét személy életrajza és élettörténete feltárul. Frankl képszerűen fogalmazza meg az ontikus egzisztenciaanalízis eredményét:

„Mint ahogyan az összetekert szőnyeg összetéveszthetetlen min-tái feltárulnak előttünk, ha kiterítjük a szőnyeget, úgy olvasható le életrajzából, formálódásából a személy lényege.”³⁶

A konkrét személy lényegére koncentrááló ontikus egzisztenciaanalízis módszertanát – Frankl elemzéseire támaszkodva – három lépésben rögzítem: *Az élethelyzet elemzése; Az egzisztenciálék feltárása; Értelme-értelmezés.*

3.1 *Az élethelyzet elemzése*

Az első módszertani lépés a fenomenológiai viszonyulás érvényesítése. A segítő szakember hétköznapi, tudományos, ideológiai és vallási előítéletek nélküli elfogadó magatartásáról van szó, amely elősegíti az élethelyzet vagy a probléma megfogalmazását. Az „élethelyzet” szó használatát azért tartom szerencsésnek, mert nem biztos, hogy a szakmai segítséget igénylő kliens problémát fogalmaz meg. Véleményem szerint ugyanis az értelemközpontú egzisztenciaanalízis nem tekinthető kizárólag problémaközpontú segítő munkának. A fenomenológiai beállítódásnak megfelelően a kliens által megfogalmazott élethelyzet nem minősül maszknak, szimbólumnak vagy egy mélyebb problémára utaló hivatkozásnak, hanem a kliens jelenlegi helyzetét leíró hiteles önértelmezésnek, amelyet a segítő hivatású szakember maximálisan komolyan vesz. Az elfogadó és megértő viszonyulás mellett a segítő a fenomenológiai beállítódásban a kliens szemantikáját kívánja feltérképezni, vagyis az általa használt szavak és mondatok jelentését, az élethelyzet egyéni értelmezését. A fenomenológiai indíttatású egzisztenciaanalízis úgy tekint az egyes emberre, mint aki a létezés egyszeri és megismételhetetlen mintázatait testesíti meg. Ezeknek a mintázatoknak a segítő munkában történő közös feltárása és leírása a fenomenológiai beállítódás elsődleges feladata. A fenomenológiai módszer érvényesítése a logoterápia és egzisztenciaanalízis gyakorlatában azt jelenti, hogy a lelki állapotok, az élethelyzetek vagy a problémák

36 Frankl 2010, 11.

értelmének elsődleges forrása a kliens egyes szám első személyű beszámolója.

Az élethelyzet elemzése a Frankl által leírt *egzisztenciális dinamika* alapján tájékozódik.³⁷ A „van” (*Sein*) és a „kell” (*Sollen*) feszültségében – ezen a szinten – elsődlegesen a „van” perspektívája érvényesül.

Az élethelyzet elemzésének három részaspektusa különíthető el: (1) A segítő (fenomenológiai) attitűd érvényesítése; (2) Az egyéni szemantika feltérképezése; Az élethelyzet (önértelmezés és/vagy probléma) meghatározása. Az élethelyzet elemzésének módszertani lépésénél számos technikai elem érvényesíthető, mint például az antropológiai reflexió vagy a szókratészi párbeszéd. Az első a kliens önértelmezését, a második ellenben a különböző szavak és meghatározások jelentését hivatott tisztázni. Idetartozhat még az Elisabeth Lukas logoterápiai beszélgetésformájának első két beszélgetésszél-emele: a személy felértékelése és a tisztánlátáshoz való hozzájárulás.³⁸

3.2. Az egzisztenciálék feltárása

A második lépés a kliens által vázolt élethelyzet elemzése az egzisztenciálék vonatkozásában. Itt már az emberkép szempontjai érvényesülnek. A logoterápiában a kliens élethelyzete az egzisztenciálék, vagyis a *szellemiség*, a *szabadság* és a *felelősség* dimenzióiban értelmeződik. Az elemzés az adott helyzetben leginkább érintett egzisztenciáléból indul ki, majd természetesen a többi egzisztenciáléra is kitér. A *szellemiség* vizsgálata során a segítő szakember figyelme elsődlegesen a kliens kapcsolataira irányul, a környezetében erőforrásként jelentkező személyekre. A *szabadság* elemzése a kliens és környezetének a viszonyára vonatkozik, a negatív és a pozitív szabadság megélésének és megvalósításának jelentőségére, a valamitől való szabadság és a valamire való szabadság konkrét lehetőségeire. A felelősség elemzése pedig arra hivatott, hogy tisztázza a kliens felelősségvállalásának hajlandóságát, pontosabban azt, hogy ki előtt és miért

37 Az egzisztenciális dinamika fogalmához lásd Frankl 2015, 101–111.

38 Vö. Lukas 2011, 88.

vállal szívesen felelősséget. Mennyiben mutat hajlandóságot arra, hogy az élethelyzetében adódó kérdésekre és feladatokra feleljen? Az egzisztenciálék alapján elvégzett specifikus elemzés tulajdonképpen szókratészi párbeszéd formájában zajlik. A párbeszéd révén a szellemiség, a szabadság és a felelősség konkrét dimenziói tárulnak fel a kliens élettörténetében.

A szabadsággal és felelősséggel szorosan összefüggő értékkonfliktusok és döntési helyzetek feloldására Frankl a közös nevező egzisztenciaanalitikai eljárását alkalmazta.³⁹ Ez az eljárás imaginatív gyakorlatokra épül és mérlegelésre alkalmas kérdéseket fogalmaz meg.

Az egzisztenciálék alapján értelmezett élethelyzet a „kell” dimenzióját és a jövőre irányultságot is előtérbe helyezi, de ez nem jelenti azt, hogy az életünk során szabadon és felelősségteljesen meghozott döntések, valamint a korábban felvállalt kapcsolatok és feladatok nem kapnának szerepet. A logoterápia szerint ezek is olyan értelemmegvalósításról tanúskodó erőforrások, amelyek a terápiái, a tanácsadói vagy a pedagógiai munka során kiemelt értékkel bírnak.

Az egzisztenciálék feltárása is három aspektust tartalmaz: (1) A szellemiség dimenziója; (2) A szabadság dimenziója; (3) A felelősség dimenziója.

3.3. Értelme-értelmezés

Az ontikus egzisztenciaanalízis harmadik lépése az érték- és értelemközpontú szemlélet érvényesítése a segítő munkában. Idetartozik a kliens sajátos értékeinek a számbavétele, az egyénre jellemző értékhierarchia elemzése. Fontos feladatként merül fel az értelemkérdés gyakorlatközpontú szemlélése, amely az életet feladatként, a személy viszonyulását pedig válaszként értelmezi. A felsoroltakon kívül idetartozik még az itt és most értelmére való fókuszolás, a különböző cselekvési lehetőségek számbavétele, valamint a bizalmat és reményt erősítő végső értelemre történő hivatkozás. Ennél a lépésnél bontakozik ki a maga teljességében az egzisztenciaanalízis

³⁹ A közös nevező egzisztenciaanalitikai eljárásához lásd Frankl 2015, 280–285.

értelemközpontúsága, vagyis a Frankl logoterápiáját megalapozó életbölcseleti perspektíva, amely a lét és az értelem dimenzióit mindig szigorú korrelációban látja.

„A téma így hangzik: az ember olyan lény, aki az értelem, a logosz után kutat. Az embernek segíteni az értelem meglelésében: a pszichoterápia egyik feladata; viszont a logoterápiának ez az igazi feladata.”⁴⁰

Az értelemközpontú egzisztenciaanalízis az értelemkeresésben, az értelemtalálásban és az értelemmegvalósításban tud segítséget nyújtani úgy, hogy szem előtt tartja a prereflexív ontológiai önmegértés által feltárt értékdimenziókat (alkotás, élmény, beállítódás) és az ezzel szorosan összefüggő értelemmegvalósítási lehetőségeket. Az ontikus egzisztenciaanalízis ezen a szinten a dereflexió, az értékek iránti érzékenyítés, az értelemkereső tréning vagy éppen értékimagináció technikai lehetőségeivel élhet.

Az értelem-értelmezés módszertani lépésének részaspektusai: (1) Értelemkeresés; (2) Értelemtalálás; (3) Értelemmegvalósítás.

A fentiek alapján az ontikus egzisztenciaanalízis módszertani lépései az alábbiak szerint foglalhatók össze:

I. Az élethelyzet elemzése

- (1) A segítő (fenomenológiai) attitűd érvényesítése
- (2) Az egyéni szemantika feltérképezése
- (3) Az élethelyzet meghatározása

II. Az egzisztenciálék feltárása

- (1) A szellemiség dimenziója
- (2) A szabadság dimenziója
- (3) A felelősség dimenziója

III. Értelem-értelmezés

- (1) Értelemkeresés
- (2) Értelemtalálás

40 Frankl 2005, 213.

(3) Értelemmegvalósítás

Az ontikus egzisztenciaanalízis tehát szintén lépésekre bontható alkalmazott fenomenológiai módszer, amely az élettörténet, az élethelyzet és a konkrét cselekvési lehetőségek elemzésére alkalmas.

4. Daseinanalízis, egzisztenciaanalízis és egzisztenciális pszichoterápia

A fenomenológiai módszer miatt az egzisztenciaanalitikus logoterápia számos ponton hasonlóságot mutat a heideggeri filozófiára támaszkodó daseinanalízissel. Frankl reflektál erre az összefüggésre, de ugyanakkor határozottan kiemeli a két irányzat között fennálló különbségeket. Az *Orvosi lelkigondozás* című művében kifejti, hogy „miben is áll az a lépés, amely – Scheler és Heidegger óta – a perszonális, illetve egzisztenciális irányultságú pszichoterápia »antropológiai intenciója« alapján Freudot meghaladja”.⁴¹ Az egyik fontos teljesítmény az áttétel fogalmának kritikája, amely manipulált viszonyhoz vezet. Ezzel kapcsolatban Frankl Medard Boss megállapítását idézi: „A daseinanalitikus terapeuta az átviteli szeretetet igazi, közvetlenül az analitikusra irányuló embertársi viszonynak tartja”.⁴² Ludwig Bisnwanger daseinanalitikájának és Medard Boss daseinanalízisének érdeme abban áll, hogy helyreállítják a pszichoterápiái viszony *találkozásjellegét*.⁴³ Ennek ellenére a daseinanalízis által leírt pszichoterápiái viszony „még nem tartalmazza az eggyel magasabb dimenziót, amelyben az emberi létezés egy értelemre transzcendál, az egzisztencia a logossal szembesül”.⁴⁴ Továbbá a logoterápia a daseinanalízishez képest, hangsúlyozza jelentőségteljesen Frankl, több, mint egyszerű analízis, hiszen nem kizárólag a léttel, hanem az értelemmel, a logossal is foglalkozik.⁴⁵

41 Frankl 2015, 274.

42 Frankl 2015, 276.

43 Uo.

44 Uo.

45 Vö. Frankl 2015, 289.

Véleményem szerint ezzel magyarázható, hogy a frankli egzisztenciaanalízis miért nem ír le olyan sok egzisztenciálét, mint a daseinanalízis. A daseinanalízis elemzéseiben fontos szerepet betöltő egzisztenciálék, mint a nyíltság (*Offenheit*), gond (*Sorge*), bűn (*Schuld*) stb. a logoterápia gyakorlatorientált szemléletében a szellemiség, a szabadság, a felelősség, de mindenekelőtt az értelem prizmáján keresztül értelmeződnek. Frankl számára tehát az egzisztenciaanalízis mindig *értelmezőpontú* egzisztenciaanalízis, amely az értelemre irányuló törekvésnek megfelelően az értelemmegvalósítás lehetőségekre összpontosít.⁴⁶

Az értelem-központúságnak köszönhetően az egzisztenciaanalízis és a daseinanalízis szemlélete közötti különbség világosan leírható. Ha azonban Frankl felfogását Irvin D. Yalom *egzisztenciális pszichoterápiájával* vagy Alfried Längle *egzisztenciaanalízisével* vetjük össze, a különbség nem ilyen egyértelműen megállapítható, mivel az említett szerzők többször hivatkoznak Franklra, de fontos felhívni a figyelmet arra, hogy ők az értelemre törekvést az emberi létezés egyik részaspektusaként kezelik.⁴⁷ Yalom az értelemkérdést az értelemnélküliségtől való félelem szempontjából elemzi. Az egzisztenciális dinamika korpuszát szerinte négy végső félelem képezi: a halál, a szabadság, az elszigeteltség és az értelemnélküliség.⁴⁸

Alfried Längle pedig négy alapvető motivációt különít el, amelyekre minden emberi törekvés visszavezethető, és amelyeket a legjobban a modális igék fejeznek ki. Az első a fizikai túlélés és az életben való boldogulás motivációja (*Sein-können*). A második a pszichikai életöröm és értékmegélés motivációja (*Leben mögen*). A harmadik motiváció a személyes autenticitásra való törekvés (*So-sein-Dürfen*).⁴⁹ Végül a negyedik alapvető motiváció az emberben, hogy az életet értelmesnek, értékesnek lássa és ezekben az értelem-összefüggésekben részt vegyen (*Handeln-Sollen*). Längle

46 Az értelemközpontú egzisztenciaanalízis általános sajátosságaihoz lásd még Sárkány 2014, 73–120.

47 Vö. Yalom 1995; Längle 2011.

48 Yalom 1995, 12.

49 Vö. Längle 2013, 64, 65. Magyarul: Längle 2011.

számára az értelemre törekvés csak egyike a lehetséges négy alapmotivációnak, amely a terápia szempontjából szóba jöhet. Ennek a szemléletnek köszönhető, hogy az egykori Frankl-tanítvány az egzisztenciaanalízist olyan átfogó pszichoterápiai módszerként értelmezi, amelynek része az értelemproblémát kezelő logoterápia.⁵⁰

Yalom és Längle koncepciója tehát jelentős mértékben különbözik az egzisztenciaanalitikus logoterápia felfogásától, mely szerint az értelemre törekvés minden emberi motivációban kimutatható. Ez azt jelenti, hogy Frankl szerint nem lehetséges tapasztalat értelemvonatkozás nélkül. Az értelem ugyanis a priori adottság: egzisztenciálé.

„...az értelem akarása [...] transzcendentális és apriorisztikus (Kant), illetve egzisztenciálé (Heidegger); annyira beépült a *condition humaine*-be, hogy egyszerűen nem kerülhetjük meg...”⁵¹

Tehát az ember lényegi sajátosságainak az elemzése (ontológiai egzisztenciaanalízis) vagy a szenvedő ember élettörténetének, élethelyzetének konkrét elemzése (ontikus egzisztenciaanalízis) szükségszerűen logoszközpontú elemzés. Ebből viszont nem következik az, hogy Frankl elméletének a megjelölésére elegendő lenne a logoterápia elnevezés használata.⁵² Az értelemmel való gyógyítás ugyanis csak egzisztenciaanalízisen alapulhat. Tény, hogy a Frankl tanait hűen követők a logoterápia elnevezést részesítik előnyben, de ez semmiképp nem jelenti azt, hogy a logoterápia értelmezhető az ontológiai egzisztenciaanalízis vagy az ontikus egzisztenciaanalízis nélkül. Egy ilyen logoterápia-felfogás előbb-utóbb önkényes, tehát fenomenológiai alapot nélkülöző érték- és értelemfelfogásba torkollna.

50 Längle 2013.

51 Frankl 2015, 273.

52 Az egzisztenciális pszichoterápiát ismertető kézikönyvének tartalomjegyzékében például Emy van Deurzen csak a logoterápia szót használja, v. Deurzen 2010. Ezt a megközelítést erősíti egyébként Frankl egyik leghűbb tanítványa, Elisabeth Lukas is, akinek a logoterápiáról írott tankönyvében sajnos egyszer sem találkozunk az egzisztenciaanalízis fogalmával, holott az elméleti részeknél éppen az ontológiai egzisztenciaanalízis eredményeit ismerteti. Lásd Lukas 2011.

Összefoglalás

Tanulmányom alapvető állítása, hogy az ontológiai és ontikus egzisztenciaanalízis egyaránt a fenomenológiai beállítódás és elemzés módszereit alkalmazza. A fenomenológiai beállítódás az ember sajátos létének és a kliens élethelyzetének megértéséhez szükséges. A fenomenológiai elemzés pedig az egzisztenciálék, a prereflexív ontológiai önmegértés és a konkrét értelemmegvalósítás lehetőségeinek a feltérképezését teszi lehetővé. Mivel Frankl a prereflexív ontológiai önmegértésben az értelem felismerésének és a megvalósításnak kiemelt jelentőséget tulajdonít, a konkrét segítő munkában megvalósuló egzisztenciaanalízist olyan *értelemközpontú egzisztenciaanalízisnek* kell tekinteni, amely prioritással bír a bevett logoterápiái módszerekkel, a paradox intencióval, a dereflexióval és a beállítódás-modulációval szemben. Éppen az értelemközpontú egzisztenciaanalízis alapján döntheti el a segítő hivatású szakember, hogy egyáltalán szüksége van-e az említett specifikus módszerekre. Innen nézve egyáltalán nem túlzás azt állítani, hogy a logoterápia különböző területeken történő sikeres alkalmazhatóságát éppen az értelemközpontú egzisztenciaanalízis módszertana garantálja. Ezért az értelemközpontú egzisztenciaanalízis egy olyan önálló fenomenológiai módszernek tekinthető, amelyben a tudományos igényű filozófiai elemzés összekapcsolódik a pszichoterápia gyakorlati célkitűzéseivel.

Irodalom

- Deurzen, Emmy van (2010): *Everyday Mysteries. A Handbook of Existential Psychotherapy*. Routledge, New York.
- Frankl, Viktor E. (1978): *Das leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie für heute*. Freiburg-Basel-Wien.
- Frankl, Viktor E. (1996): *Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie*. Hans Huber, Bern – Göttingen – Toronto – Seattle.
- Frankl, Viktor E. (2002): *A tudattalan Isten. Pszichoterápia és vallás*. Fordította: Varga Judit, Bircsák Anikó és Varga Zsófia. EuroAdvice, Budapest.

- Frankl, Viktor E. (2005): *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Fordította: Molnár Mária és Schaffhauser Franz. Jel Kiadó, Budapest.
- Frankl, Viktor E. (2010): *Az egzisztenciaanalízis és logoterápia alapjai*. Fordította: Kalocsai Varga Éva. In: *A logoterápia alapjai. Kétnyelvű szöveggyűjtemény* (szerk. Sárkány P. és Zsók O.). Jel Könyvkiadó, Budapest.
- Frankl, Viktor E. (2015): *Orvosi lelkigondozás. A logoterápia és egzisztenciaanalízis alapjai*. Fordította: Jakabffy Imre és Jakabffy Éva. Jel Könyvkiadó, Budapest.
- Heidegger, Martin (1989): *Lét és idő*. Fordította: Vajda Mihály és munkatársai. Gondolat, Budapest.
- Längle, Alfred (2011): „Az étellel egyetértve élni.” Az egzisztenciaanalízis emberképe, motiváció-felfogása és kezelési módja. Fordította: Lubinszki Mária. *Pszichoterápia* XX. évfolyam 5. szám, 332–342.
- Längle, Alfred (2013): *Lehrbuch zur Existenzanalyse. Grundlagen*. Facultas, Wien.
- Lukas, Elisabeth (2011): *A logoterápia tankönyve. Emberkép és módszerek*. Fordította: Bruncsák István. Agapé, Szeged.
- Sárkány Péter (2008): *Filozófiai lélekgondozás. Fenomenológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis*. Jel Könyvkiadó, Budapest.
- Sárkány Péter (2014): *A filozófia mint praxis. Tanulmányok a filozófia, a pszichoterápia és a szociálpedagógia határterületéről*. L'Harmattan – Sapientia, Budapest.
- Sárkány Péter (2014a): Az egzisztenciaanalízis módszertani lépései. Viktor Frankl munkásságának fényében. In: Horváth Andor – Soós Amália (szerk.): *A bölcsesség koszorúja. Írások Egyed Péter hatvanadik születésnapjára*. Pro Philosophia Kiadó, Kolozsvár, 298–305.
- Spiegelberg, Herbert (1972): *Phenomenology in Psychology and Psychiatry. A Historical Introduction*. Northwestern University Press, Evanston.
- Yalom, Irvin D. (1995): *Egzisztenciális pszichoterápia*. Fordította: Adorján Zsolt. Animula, Budapest

Abstract

The Method of Meaning-Centred Existential Analysis

Keywords: *ontological existential analysis, ontic existential analysis, phenomenological attitude, life situation analysis, exploring the existentials, meaning-interpretation*

Some of the methods often mentioned in the literature of logotherapy are paradoxical intention, dereflection and attitude modulation. Scholarly studies rarely treat the method of existential analysis, or the fact that

existential analysis can be regarded as a step-by-step independent phenomenological procedure. The purpose of my paper is to sketch the phenomenological method of existential analysis. The train of thought is as follows: first, I reconstruct the meanings of existential analysis as formulated by Viktor Frankl, and lay out my statements about the subject. Then I sketch the methodological steps of existential analysis. Finally, I inquire about the difference between logotherapy and Dasein-analysis from a phenomenological viewpoint.

Statements: 1. Existential analysis can be regarded as a phenomenological method consisting of individual steps. 2. Meaning-centred existential analysis can be regarded as a “general” or “preliminary” method which ensures the universal applicability of logotherapy.

Sárkány Péter az Apor Vilmos Katolikus Főiskola (AVKF, Vác) habilitált főiskolai tanára, a Társadalomtudományi és Romológiai Tanszék vezetője. A *Szociálpedagógia* szaklektorált folyóirat főszerkesztője és a Jel Kiadó *Értelmes Élet* sorozatának társszerkesztője. A bécsi Viktor Frankl Intézet tudományos testületének tagja. Kutatási területei: A segítő hivatások filozófiai és etikai alapjai, német nyelvű filozófia, filozófiai praxis és Viktor E. Frankl munkássága. Önálló kötetei: *Filozófiai lélegzőgondozás. Fenomenológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis* (Jel Kiadó, Budapest 2008); *Szociálpedagógiai elméletek* (Jel Kiadó, Budapest 2011); *Theorie und Praxis Sozialer Arbeit. Eine professionstheoretische Auseinandersetzung* (Tectum, Marburg 2013); *A filozófia mint praxis. Tanulmányok a filozófia, a pszichoterápia és a szociálpedagógia határterületeiről* (L'Harmattan–Sapientia, Budapest 2014).

Barcsi Tamás

Egy „halál-regény” egzisztenciálfilozófiai és logoterápiai vonatkozásairól

Kulcsszavak: *saját halál, a Másik halála, a halál értelme, egzisztenciálfilozófia, logoterápia*

Bevezetés

Írásomban B. S. Johnson *Szerencsétlenek* című, először 1969-ben megjelent regénye kapcsán a Másik halála és a saját halál összefüggéseiről, a halál értelmének kérdéséről lesz szó, jelentős 20. századi halálfilozófiákat, illetve a logoterápia halálfelfogását figyelembe véve. Johnson regénye formai szempontból is érdekes: művét a szerző eredetileg nem hagyományos, könyvformában jelentette meg: írását különböző hosszúságú részekre tagolta, majd ezeket a nyomdában összefűzték és – az első és az utolsó fejezet kivételével – esetleges sorrendben egy dobozba rakták, az érdeklődők ilyen módon juthattak hozzá a műhöz. A szerző szándékai szerint mindez a regényanyag esetlegességének „kézzel fogható metaforája volt”.¹ Milyen esetlegességről van szó? Az elbeszélő sporttudósítóként egy olyan városban tölt el egy napot, amelyben barátja fiatalon meghalt: a látogatás előhívja kettejük találkozásainak emlékeit, főként Tony haldoklásának időszakára vonatkozóan. Johnson a szokatlan formával az emlékek felidézésének esetlegességét próbálja érzékeltetni.²

1 Johnson (1973). A magyar nyelvű változat ugyan „hagyományos”, bekötött könyv formában jelent meg, de nem csak sorban olvashatók az egyes részek, oldalszámozás sincs.

2 Az elbeszélő egy napjának eseményeiről sem időrendben értesülünk.

Heidegger és Sartre halálfelfogása

A modernitás során kerül előtérbe a halál *tudományos szemlélete*, amely a halálban csupán egy *biológiai tény* lát, és a tudomány egyik fontos feladata az lesz, hogy a halál bekövetkezését minél inkább kitolja. Az *eltüntetési folyamatok felerősödnek*, a 20. század közepére Nyugaton *kulturális tabu* válik a halál, amelyről nyilvánosan nem beszélnek (mert nem tudnak mit mondani róla), illetve az embert a halálra emlékeztető képi ábrázolások is visszaszorulnak, és eltűnnek vagy kiüresednek a halállal kapcsolatos rítusok. Ugyanakkor a 19–20. században fontos, a korábbi metafizikai halálfelfogásokhoz képest újszerű élet- és egzisztenciálfilozófiai halálértelmezések születnek. Itt most Heidegger és Sartre halálfelfogására utalnék röviden. Heidegger nevéhez fűződik talán a legmeghatározóbb 20. századi filozófiai halálértelmezés. Heidegger elemzéseinek kiindulópontja a *jelenvalólet* (*Dasein*), amelyről elmondható: ahogy állandóan már a maga még-nemjeként van, úgy eleve már a maga végeként is van, véghez viszonyuló létként (*Sein zum Ende*), illetve *halálhoz viszonyuló létként* (*Sein zum Tode*) ragadható meg.³ Heidegger a következőképpen rögzíti a halál teljes egzisztenciálfilozófiai fogalmát: „...a halál mint a jelenvalólet vége a jelenvalólet legsajátabb, vonatkozás nélküli, bizonyos és mint ilyen meghatározhatatlan, meghaladhatatlan lehetőség”.⁴ A halált a jelenvalóletnek mindenkor magának kell magára venni (legsajátabb lehetőség), eloldódva a többi jelenvalólethez fűződő valamennyi vonatkozásától (vonatkozás nélküli lehetőség). A halál legvégső (tehát meghaladhatatlan), továbbá bizonyos és meghatározatlan lehetőség, amely azt jelenti, hogy a halál bármelyik pillanatban lehetséges.⁵ Heidegger megkülönbözteti a *véghez viszonyuló mindennapi léte*t (az „akárki”, „das Man” viszonyát a halálhoz, amely a fecsegésben kimondott közfelfogásban konstituálódik) és a *halálhoz viszonyuló tulajdonképpeni léte*t.⁶ Az előbbire a halál *elfedése* jellemző, amikor az ember elhitheti magával, hogy a halál nem őt érinti, az „akárkit” ragadja el, tisztában van ugyan a halál „empirikus” bizonyosságával, tud a halál-

3 Heidegger (2001), 48§, 285., 51§, 293.

4 Heidegger: i. m. 52§, 300.

5 Heidegger: i. m. 50§ 291., 52§ 298–300.

6 Heidegger, i. m. 51§, 293–296.

ról, csak éppen saját halálában bizonytalan („a halál bizonyosan eljő, de egyelőre még nem”).⁷ A halálhoz viszonyuló tulajdonképpeni léthez kapcsolódik Heideggernél a *halálba való előrefutás* (*Vorlaufen*) fogalma, amely nem arra utal, hogy képesek vagyunk a halálra gondolni, hanem a *legsajátabb, legvégső lenni tudás megértésének lehetőségét, a tulajdonképpeni egzisztencia lehetőségét* jelenti.⁸ Az előrefutásban a halál mint az egzisztencia lehetetlenségének lehetősége tárul fel. Mi az, amit a jelenvaló lét megérthet az előrefutás által? Azt, hogy a halál a *legsajátabb* lehetősége, és ilyen módon önmagát elragadhatja az akárkitől. Megértheti, hogy ez a lehetőség *vonatkozás nélküli*, neki magának kell magára vennie, és ez arra kényszeríti, hogy *legsajátabb létét önmaga által és önmagától vállalja*. A halál *meghaladhatatlanságának* megértése nem más, mint szabaddá válni a maghaladhatatlanság számára, ami „megszabadít attól, hogy belevezzünk a véletlenszerűen előtölködő lehetőségekbe”.⁹ Mivel a meghaladhatatlan lehetőségbe való előrefutás feltár minden előtte fekvő lehetőséget is, ezért benne rejlik a lehetőség, hogy a jelenvaló lét *mint „egész-lenni-tudás” egzisztáljon*. A *bizonyosság* megértése az előrefutásban az *igazságban való kitartás* feltétele, a *meghatározatlanság* megértése által pedig „a jelenvaló lét megnyílik a saját-jelenvalóságából fakadó állandó *fenyegetés* előtt”.¹⁰ Heidegger rámutat, hogy a jelenvaló lét e maga megértéséhez szükségszerűen hozzátartozik a *szorongás* alapdiszpozíciója (amit a halálhoz viszonyuló mindennapi lét halálfélelemben fordít át, majd ezt legyűrve nyilvánvalóvá válik a szorongással szembeni gyávasága).¹¹ Heideggernél az *elhatározottság* a jelenvaló lét tulajdonképpeni lenni tudását, az Önmagához elértéket jelenvaló létet jelenti. Az elhatározottság csak *előrefutó elhatározottságként* lehet tulajdonképpeni, azaz mint véghez viszonyuló megértő lét.¹²

Jean-Paul Sartre elutasítja Heidegger halál-felfogását. Sartre a halált éppen nem legsajátabb lételehetőségként, nem „egy dallam

7 Uo., illetve 52§ 299–300.

8 Heidegger, i. m. 53§., 305. Az előrefutásról: 53§, 302–310. A fogalomról: Csejtei (2002): 211–215.

9 Heidegger (2001), 53§, 306.

10 Heidegger, i. m. 53§, 308.

11 Heidegger, i. m. 53§ 309.

12 Heidegger, i. m. 62§, 353–360.

záróakkordjaként” fogja fel, hanem az emberi léten kívül álló, véletlenszerű, *sajáttá nem tehető abszurd dologként*.¹³ A halál minden lehetőségem semmitésékként ragadható meg, amely már nem része az én lehetőségeimnek – állítja Sartre.¹⁴ Az így felfogott semmitő szabadság megszüntetése (a semmi megsemmisítése) a halál, pusztaság, „szubjektivitásom faktikus és külső határa”.¹⁵ A saját halálunknak *nem adhatunk értelmet*, hiszen csak a jövő képes „megerősíteni vagy megcáfolni a magamról felvázolt jelentést”.¹⁶ Sartre több szépirodalmi művében is az előbbiekből röviden összefoglalt halál-felfogását „illusztrálja”, talán a legtöbbször hivatkozott írása ebben a vonatkozásban *A fal* című elbeszélés.¹⁷ Ebben a spanyol polgárháború során egy rögtönítélő bíróság által halálraítelt embernek a kitűzött kivégzése előtti átvirrasztott éjszakájáról olvashatunk: Ibbieta még *soba nem gondolt a halálra*, úgy élt, mintha halhatatlan lenne, de most kénytelen szembeülni közelgő halálával. Sartre leírásában a saját halandóságára ráébredő Ibbieta ekkor *sem képes „termékeny” módon viszonyulni a saját halálához*, úgy véli, hogy a halál valami nem természetes dolog, nem megy végbe benne olyan átalakulás, mint a haldokló Ivan Iljicsben Tolsztoj kisregényében, akit életében szintén a halál elfedése jellemezte.¹⁸ Tolsztoj művére egyébként Heidegger is utal a *Lét és idő* egyik lábjegyzetében.¹⁹ Sartre elbeszélésében a halál abszurditását támasztja alá az is, hogy Ibbietát végül mégsem végzik ki: hiszen a halál soha nem akkor jön, amikor váránk.

A halál elfedése, a saját halál lehetősége és a halál abszurditása a regényben

Most térjünk át Johnson regényére, amelynek szereplőit szintén jellemzi a *halál elfedése*. A daganat felfedezésétől Tony haláláig két év

13 Sartre (2006), 627.

14 Sartre, i. m. 631.

15 Sartre, i. m. 642.

16 Sartre, i. m. 631.

17 Sartre (2001), 585–608. Sartre irodalmi műveinek thanatológiai vonatkozásairól bővebben: Csejtei (2002), 317–326.

18 Tolsztoj (1984).

19 Heidegger (2001), 51§, 295.

telik el, Tony eközben folyamatosan kezelésekre jár, állapota egyre romlik, de a szüleinek csak a halála előtt nem sokkal mondja el, hogy mennyire beteg: „noha tudták, hogy valami nagyon komoly, de azt nem, hogy ennyire komoly, eltitkolta előlük” – az elbeszélő megjegyzi továbbá, hogy egyszer megpróbálja majd végiggondolni, hogy ez milyen természetű csalás. Amikor Tony levélben beszámol barátjának az első műtétéről, úgy ír róla, mint valami apróbb kellemetlenségről. Az elbeszélő tanúja Tony betegsége különböző szakaszainak, de *nem képes elfogadni* Tony testi és főleg szellemi-lelki változásait: például hogy már nem jelent neki örömet az olvasás (pedig irodalomtudós), hogy sétáikon Tony nem tud lépést tartani vele. Árulásként fogja fel, hogy barátja utolsó időszakában mintha a vallásban keresne vigaszt, a lelkész rendszeresen eljár hozzá – bár csak „barátként” –, ezt úgy fogja fel, mint megtagadását mindannak, amit Tony egész életében képviselt. Azt szeretné tehát, hogy semmi se változzon („nem akarom, hogy megváltozzanak a dolgok”), azokat a jeleket, amelyek arra utalnak, hogy Tony haldoklik, barátja „hibáiként” érzékeli, mindez az emlékezés során válik nyilvánvalóvá. Itt arról van szó, amiről Heidegger ír, az *akárki kapcsán*: „Az akárki nem engedi, hogy bátran vállaljuk a haláltól való szorongást”.²⁰ Mintha kifejezetten a véghez viszonyuló mindennapi létre, az általános és így hamis halálfelfogásra utalna az elbeszélő a regény utolsó részében: „Az a nehéz, megérteni általánosítás nélkül”, illetve: „Általában az általánosítás hazugság, annyi, mint hazudni”. Ahogy említettük, Heideggernél a szorongás éppen nem a halálfélelmet jelenti, hanem a legsajátabb, legvégső lenni tudás megértésének lehetőségéhez kapcsolódik. Ekkor az ember a halált a *saját halálaként érti meg*. Tonynál, úgy tűnik, ez csak a halála előtt néhány héttel következik be, hiszen ekkor mondja el szüleinek, hogy halálos beteg, illetve a halálát megelőző napokban mintha szellemileg újra a régi volna, feleségével sok mindenről beszélgetnek, és ekkor beszélnek először a halálról. Utolsó időszakának vallási fordulatát persze lehet menekülésként felfogni, de nem szükségszerűen az, lehet egy megváltozott élet- és világfelfogás következménye. Persze kérdésként merülhet fel, hogy mennyire lehetséges a Heidegger-féle haláltól való szorongás bátor vállalása a remény valamiféle jelenléte

20 Uo.

nélkül. A modern halál-felfogások egyik része vagy nem tételezi a reményt, vagy pedig kifejezetten a reménytelenség belátására szólít fel (Heidegger, Sartre, Camus), másik részében viszont jelen van a remény *valamilyen módon*.²¹

Tony viszonya a saját halálához némileg hasonló Ivan Iljicséhez, aki közvetlenül a halála előtt érti meg saját halandóságát, és ezzel azt is, hogy miként kellett volna élnie. Ez először kétségbeesésbe taszítja (három napig üvölt), majd ráébred arra is, hogy még változtathat az életén: ezt meg is teszi, utolsó gesztusaival a körülötte lévőkhöz felé fordul szeretettel, nem akar haldoklásával több szenvedést okozni nekik. Persze az, hogy Tony-nál végbement valamiféle olyan fordulat a halálhoz való viszonyát tekintve, amely életfelfogását is átalakította, csupán sejthető. Azt sem tudjuk meg, hogy mennyire volt elégedett addigi életével, amely az elbeszélő számára nem tűnt borzasztónak, éppen ellenkezőleg, Tony ígéretes tudományos karrier előtt állt, a családját is szerette. Tonyra valószínűsíthető fordulata előtt az *orvosokban és a tudományban való feltétlen hit* jellemző, betegségének racionalizációja, a remény egészen az utolsó időszakig a gyógyulásba vetett reményként jelenik meg nála, hiszen úgy fogja fel a rákot, mint egy „kellemetlenséget”, amely a tudomány segítségével mindenképpen kiküszöbölhető. A modernitásban az eltüntetési folyamatokkal párhuzamosan lesz egyre inkább *medikalizált és technicizált* esemény a haldoklás. A legtöbbször kórházi, klinikai körülmények között halnak meg, amelyekben „elzárják” a társadalomtól a haldoklót. A betegség technikai szemlélete miatt a halál bekövetkeztét az orvoslás kudarcaként fogják fel, ezért addig tartják fenn a páciens életműködését, ameddig lehetséges a rendelkezésre álló technikai eszközökkel, eközben az emberre is úgy tekintenek, mintha valamilyen gép lenne. Tony ugyan otthoni körülmények között hal meg, de a technicizáció jelen van a haldoklási folyamatban. Tony sokáig úgy véli, hogy betegsége semmiképpen

21 Schopenhauer az életakarat halhatatlanságáról ír, Nietzsche-nél ott van az örök visszatérés tana. A halhatatlanságba vetett reményt Simmel-nél az individualizált Én fennmaradása hordozza, amely az általa létrehozott tartalmaktól függetlenül, azoktól elkülönülve is fennmarad szellemi értelemben. Némileg hasonló elképzelést fejt ki Scheler is a szellemi személy továbbéléséről. Ezekről az elméletekről összefoglalóan lásd Csejtei már hivatkozott könyvét.

sem vezethet halálhoz, hiszen a tudományos bizonyítékok is ezt támasztják alá: a statisztikák szerint az esetek nyolcvan százalékában gyógyítható. Tonyt az első sugárkezelésekor meglátogató barátja emlékei szerint a kórházi szoba egy laktanya hálóterméhez volt hasonló, a kezelőhelyiség olyan volt, mint egy bunker vagy egy tudományos kínzókamra, a kórházat pedig katonai, sőt, koncentrációs tábornak látta. Egy olyan intézmény képe jelenik meg előttünk, amelyben a betegség ellen folytatnak háborút, de mintha a beteg emberekre csak a terápia tárgyaként tekintenének, akiket, amennyire csak lehet, elkülönítenek az egészséges és így normális emberektől. A haldoklás technicizációja szorosán összekapcsolódik a halál tabuizálásával: Tony első kórházi kezelésekor utal arra az elbeszélő, hogy az orvosok gyakran eltitkolják, mi is a valódi betegsége pácienseiknek. Elisabeth Kübler-Ross – aki híres művében leírta a haldoklás lelki szakaszait – az 1960-as években megkezdett kutatásai során azt tapasztalta, hogy az orvosok egy része is félt szembesülni a halállal, és sokszor ezért nem tájékoztatták megfelelően a betegeket, például nem közölték velük, hogy nincs sok idejük hátra.²²

Eddig főként Heidegger filozófiája alapján értelmeztük a művet, és a halál elfedésének, illetve Tony halálhoz való viszonyának leírásához ez használhatónak is bizonyult. Ugyanakkor Johnson regényében a *haldoklás interszubjektív vonatkozásai* meglehetősen hangsúlyosak, és ez a problémakör Heideggernél kevésbé kidolgozott, illetve az elbeszélő halálfelfogása nem a heideggeri létehetőségeként értett, illetve megértett saját halállal hozható összefüggésbe, hanem inkább a sartre-i abszurd dologgal. Először ejtsünk néhány szót a haldoklás interszubjektivitásáról. Heidegger azt emeli ki, hogy nem tapasztalhatjuk meg mások meghalását valódi értelemben, *csupán a haldokló mellett* lehetünk, de vele nem.²³ Más gondolkodók Heideggerrel szemben a *haldoklást a Másikkal való vele-létként* írják le, és úgy vélik, hogy a Másik halála megtapasztalható. Levinas például azt emeli ki, hogy a Másik arcának változásán, megmerevedésén tapasztalható meg a halál, és a Másik halála jobban befolyásolja

22 Vö. Kübler-Ross (1988), 72–74.

23 Heidegger (2001), 47§, 278.

az embert, mint saját halála (mert azt valóban nem tapasztalhatja meg).²⁴ Meg kell jegyezni, hogy Heidegger a gyászt, az elhunyra való emlékezést már vele-létnek tekinti.²⁵ Az elbeszélő a vizsgált regényben az emlékezés által újra átéli barátja haldoklását, annak különböző stádiumait: a halál közeledését valóban leginkább Tony *arcának változásán* tapasztalja meg: „Amit a betegségből láttam, az arcán láttam, miért is kellett volna többet látnom, most már nem is volt arca, csak a szeme, a szeme még az övé volt”. Arca jellegzetes vonásainak fokozatos eltűnése a közelítő halálra utal. Sartre koncepciójában a halál interszubbektivitása ugyan hangsúlyos, de ez csupán a Másiknak való teljes kiszolgáltatottságot jelenti: „...a halál a másik nézőpontjának a győzelmét jelenti afölött a nézőpont fölött, *amivel én rendelkezem* magamról”.²⁶ A regényben Tony életét és haldoklását csupán az elbeszélő szemszögéből ismerjük meg, talán erre a kiszolgáltatottságra utal Tony, már végstadiumú betegként, amikor nem fogadja jól barátjának azt a felvetését, hogy mindezt meg fogja írni: „Az nem sok, mondta kisvártatva, lassan, még mindig azzal a tekintettel”.

Az egzisztencia saját halálához való viszonyát a *Másik haldoklásának megtapasztalása* meghatározó módon formálhatja, kérdés, hogy az elbeszélő számára Tony haldoklásának tapasztalata, illetve az arra való visszaemlékezés valamiféle „termékeny”, az életét átalakító halálhoz való viszonyt eredményezett-e. Erről nincs szó, mivel az elbeszélő *a halált egy abszurd dolognak látja*, amely ellenáll az értelemnek, amiről semmit sem lehet mondani: „Lehet-e a halál értelmes? Vagy értelmetlen? Egyáltalában, lehet-e a halálról ilyen szavakkal szólni?” A halál abszurdítására utal a regény végén John Dwyer története is, aki félt, hogy beteg felesége meg fog halni, aztán szívrohamban ő halt meg a felesége előtt. Mi maradt az elbeszélőben az emlékek felidézése után? A fájdalom, *a veszteség érzése, amelynek értelmet adni nem lehet*, csak kibeszélni, illetve kiírni és ilyen módon eltávolítani. A halálhoz való viszony átalakulása csupán abban érhető tetten az elbeszélő esetében, hogy nyilvánvalóvá válik

24 Csejtei (2002), 222.

25 Heidegger (2001), 47§, 277. Csejtei (2002), 220–224.

26 Sartre (2006), 635.

előtte, hogy a hosszas haldoklás helyett a gyors halál, az öngyilkosság a jobb. De ez csupán a szenvedéstől való menekülést jelenti, nem valamiféle metafizikai lázadásként felfogott „eszmei” öngyilkosságot, mint amilyent egy Tonyval közös ismerősük követett el, aki mintha egy dosztojevszkiji regényalak lenne, az indokolatlan cselekedet filozófiáját tanulmányozta halála előtt, és az abszurdítás ellen abszurd módon lázadt.

A haldoklás és a szenvedés mint értelemlehetőség: a felvetett problémák logoterápiai értelmezése

A Viktor Frankl által kidolgozott egzisztenciaanalízis és logoterápia szempontjából az élet értelmére vonatkozó kérdés *sajátosan emberi kérdés*, amellyel kapcsolatban nem tartható Freud azon felfogása, hogy aki felveti az élet értelmének és értékének kérdését, már beteg is.²⁷ Ugyanakkor vannak olyan periódusok az életben, amikor az élet értelmének kérdése *radikálisan* merül fel: ilyen időszak a serdülőkor, vagy ha valakinek egy súlyos betegséggel, a közelgő halállal vagy éppen egy hozzátartozójának elvesztésével kell szembenéznie. Frankl a „szellemi ínség” mellett az *egzisztenciális vákuum*, illetve az *egzisztenciális frusztráció* fogalmát használja annak az állapotnak a leírására, amikor az embert értelmetlenségérzés hatja át. Az egzisztenciális frusztráció önmagában még nem betegség, hiszen arra készítheti az egyént, hogy átgondolja az életét és megpróbálja megtalálni saját életértelmét. Ha nem ezt teszi, ez például konformizmushoz, függőséghez vezethet, illetve kialakulhat akár testi és lelki tüneteket produkálva az ún. *noogén neurózis* is, amelyet Frankl vezetett be, megkülönböztetve a jelenséget a pszichogén neurózistól, amelyek hátterében ugyanakkor szintén ott állhat az értelemvesztettség.²⁸ A logoterápia segítséget nyújthat az egzisztenciális frusztrációt átélőknek, noogén neurózis esetén pedig a legmegfelelőbb kezelési mód: ennek során a *terapeuta filozófiai beszélgetést, szókratészi párbeszédet* folytat a pácienssel, kérdéseket tesz fel, érvel, vitázik (más módszereket is alkalmazhat, de ez a legfontosabb).

27 Frankl (1997), 27.

28 Frankl, i. m. 27–29., 52–53.

A logoterápia a filozófiai terápia egy változata, amely a Frankl által kidolgozott elméleten alapul.

Frankl meghatározásában az embert *szellemi személyként* kell látnunk: *az egzisztencia mindig egy betöltendő értelemre (logoszra) irányul, valamire vagy valakire*: az emberi lét akkor tekinthető emberinek, ha egy dolog szolgálatában vagy egy másik személy iránti szeretetben nyilvánul meg.²⁹ Az ember nem valamitől, hanem valami irányában *szabad*: állást foglalhat önmagával, saját meghatározottságaival kapcsolatban, jellemzője az öneltválasztás képessége.³⁰ Frankl szerint ha általánosan tesszük fel az élet értelmének kérdését (mi az élet értelme általában), akkor erre nem tudunk, mert nem is lehet válaszolni. Az ilyen kérdés mindig csak *konkrét* lehet: csak *ad personam* és *ad situationem*, egy meghatározott személyhez és egy adott szituációhoz kötötten tehető fel. Minden egyes személyes helyzetnek saját értelembeteljesítés felel meg. Az élet értelmére irányuló kérdésre felelnünk kell, a válaszon kell munkálkodnunk.³¹ Vajon *a halál ténye* nem kérdőjelezi meg az élet értelmességét? A logoterápia szemlélete alapján nemleges a válasz: *a végesség értelmet ad az emberi életnek*, nem megfosztja attól. Frankl felfogásán a heideggeri filozófia hatása erősen érezhető, bár sokkal egyszerűbben, kevésbé cizelláltan fejt ki nézeteit, mint a német filozófus. Frankl hangsúlyozza, hogy a halál arra kényszerít bennünket, hogy *kibaszáljuk életidőnket*, és az egyszeri lehetőségeket ne hagyjuk elmúlni. Ha halhatatlanok lennénk, bármeddig elhalaszthatnánk a cselekvést, az értékek megvalósítását, nem lennénk arra rákényszerítve, hogy itt és most tegyünk meg valamit. Az ember nem tudhatja, hogy mennyi ideje van hátra, ez arra készíti, hogy minél több értéket realizáljon. Még ha valaki a kitűzött céljait nem is tudta a maga teljességében elérni, de értékek megvalósítására törekedett, értelmes életet élt: az élet „töredékjellege”, mondja Frankl Simmelre hivatkozva, nem csorbítja az élet értelmét. Az emberi élet végessége, időbelisége tehát értelme szempontjából konstitutív.³²

29 Frankl (2012), 15–38.

30 I. m. 11–14; Frankl (1997): 34–38, illetve: Frankl (2005), 52–68.

31 Frankl (2012), 89–90.

32 Frankl (1997), 92–96.

Akkor tudom tehát megtalálni az életem értelmét, ha arra figyelek, én miért, milyen értelem beteljesítéséért vagyok felelős az adott helyzetben. Az értelem nem szubjektív, hanem relatív, relációban van az adott személlyel és azzal a helyzettel, amelybe ez a személy került. Frankl értelemkeresésről és értelemtalálásról beszél, tehát *feltételezi, hogy a világban van értelem* (nem mi visszük bele azt a világba), ez egy meghatározott ember számára egy meghatározott szituációban megtalálható. Minden kérdésre egy helyes válasz van, *minden élethelyzetben egy adott ember számára egy igazi értelem van: ezt nem kitaláljuk (adjuk), hanem megtaláljuk. Mi segíti ebben az embert? A lelkiismeret mint sajátosan emberi jelenség, amelyet Frankl az „értelem szerveként” ír le: olyan intuitív képesség, amely a minden helyzetben benne rejlő egyszeri és egyedi értelem felkutatásához segít hozzá. A lelkiismeret irracionális jelenség* (Frankl „etikus ösztönről” is beszél), *tudattalan alaphán gyökerezik: az ember nagy egzisztenciális döntései gondolkodás nélkül, tudattalanul történnek, ezeket csak utólag racionalizáljuk.*³³ Frankl a lelkiismeretről és a felettes értelemről kifejtett nézeteivel már eltávolodik a heideggeri filozófiától.³⁴

Az élet értelmére irányuló kérdés ugyan mindig csak egy adott személy és adott szituáció vonatkozásában tehető fel, de az ember hajlamos rákérdezni *az értelem alapjára is: értelmes-e a világ, ha igen, miért az?* Frankl szerint az Egésznek nem értelme, hanem *felettes értelme* (Übersinn) van, amely értelmen túli, az emberi értelem számára megragadhatatlan. Mivel a felettes értelem bizonyíthatatlan, ezért csupán *hibetünk benne*, ha máshogy nem, valamiféle határfogalomként, a vallásos ember a felettes értelmet Istenként határozza meg.³⁵ A frankli felfogásban valójában a felettes értelemben való hit nem csupán az ember lehetősége, ebben hinnünk *kell*, hiszen ha értelemtalálásról és nem értelemadásról beszélünk, ezzel azt mondjuk, hogy a világban eleve benne rejlik az értelem. Számos szerző nem fogadja el ezt a felfogást, és úgy vélik, hogy az értelemmel nem

33 I. m. 66–70.; Frankl (2005), 69–77.

34 Frankl és Heidegger lelkiismeret-felfogásának összevetését lásd: Sárkány (2008), 149–159.

35 Frankl (1997), 55–59.; Frankl (2012), 90–95.

rendelkező világba *az ember vibet értelmet az értelemadás aktusával*.³⁶ Sartre és más egzisztencialisták, például Camus filozófiájukban az ember „magára hagyottságát”, a világ értelemnélküliségét, a felettes értelem hiányát hangsúlyozzák. Frankl kifejezetten elutasítja ezt a felfogást, miszerint az életünk értelme az, hogy magunkra vegyük a világ értelmetlenségét.³⁷ A logoterápiában tehát a felettes értelembe vetett hit az értelemtalálás feltételeként hangsúlyozódik: „Legyen a felettes értelem határfogalom vagy vallásosan értett Gondviselés, magától értetődik, hogy a beléje vetett hit kitüntetett lélekgyógyászati és pszichohigiéniai jelentőségű”, illetve a „felettes értelembe vetett hit maga *az értelem*”.³⁸ Frankl bizonyos műveiben a felettes értelmet kifejezetten Istennel azonosítja, könyvet írt *A tudattalan Isten* címmel, de más írásaiban is foglalkozik teológiai kérdésekkel, például elutasítja az antropocentrikus (Istent, illetve az ember istenképűségét tagadó) humanizmust, de az antropomorf istenfelfogást is.³⁹ A szellemi tudattalanhoz kapcsolt lelkiismeretről *A tudattalan Istenben* azt állítja Frankl, hogy a *transzcendencia hangja*, általa egy emberen kívüli instancia szólal meg, a lelkiismeret pszichológiai ténye egy transzcendens jelenség immanens aspektusa (a lelkiismeretünk tévedését ez alapján csak úgy értelmezhetjük, hogy nem megfelelően figyeltünk a transzcendencia hangjára). A nem hívő embernek is van lelkiismerete, felelőssége, de ezek eredetére nem kérdez rá.⁴⁰ Frankl kiemeli, hogy teológiai gondolatai nem képezik a logoterápia részét, mert annak minden betegre alkalmazhatónak kell lennie, függetlenül attól, hogy vallásos-e vagy nem az: a logoterápiában a felettes értelem csak mint határfogalom jelenik meg. Talán kívánatos lenne a logoterápia olyan felfogása, amely azon emberek világfelfogását is akceptálja, akik nem csak Isten létezését kérdőjelezik meg, de elutasítják a határfogalomként értett felettes értelemben való hitet is, és a világ értelemnélküliségét tételezik. Esetükben az értelemtalálás lehetőségei helyett az *értelemadás*

36 Például Nicolai Hartmann is erről ír, lásd erről: Sárkány (2008), 138–149.

37 Frankl (2012), 92.

38 Frankl (1997), 58.; Frankl (2012), 93.

39 I. m. 129–176., illetve Frankl (2002).

40 I. m. 42–49.

lehetőségeiről kell beszélnünk. De használhatjuk a keresés és a találás kifejezéseket is: csak most a keresés a *megfelelő értelemadási módok keresését* jelenti, a találás pedig a *megfelelő értelemadási módokra való rátalálásként* értelmeződhet.

Az emberi személy tehát egyszerűségéből és egyediségéből következő feladata megvalósításáért felelős. Ez minden helyzetben más és más lehet: a közös elem, hogy mindig értékek megvalósításáról van szó: az élet értelmének beteljesítése értékek realizálásán keresztül történik. Frankl *három alapvető érték kategóriát* különböztet meg: az *alkotói értékeket* (ezek megvalósítása során valamiképpen alakítjuk a világot), az *élményértékeket* (ezek valamilyen élmény átéléséhez köthetők) és a *beállítódási értékeket*, amelyeket létünk korlátozásával szembeni beállítódásunk során realizálunk. Az utóbbi esetben a megváltoztathatatlan sorssal szembeni beállítódásról van szó: például a méltóság megőrzése kudarc esetén, bátorság tanúsítása a szenvedés során. Vannak olyan emberi helyzetek, amikor alkotói érték megvalósítására már nincs lehetőségünk, azonban élményértékeket még realizálhatunk. Ha már erre sincs lehetőségünk, a megfelelő beállítódás kialakításával továbbra is lehetőség van az élet-értelem beteljesítésére. Frankl szerint a tragikus triász, a szenvedés, a bűn és a halál átalakíthatók pozitívummá, teljesítménnyé, ha megfelelő a beállítódásunk.⁴¹

Az egzisztenciaanalízis – ahogy a fentiekből is nyilvánvaló – a *szenvedésben értelemlehetőséget lát*, a „remény” a logoterápia személetében elsősorban ezt, az értelem megvalósításának minden körülmények között fennálló lehetőségét jelenti (ezt a reményt megalapozza, megerősíti és kiteljesíti a felettes értelembe való hit). A szenvedés problémájával Frankl több művében foglalkozott, *A szenvedő ember (Homo patiens)* című könyvének B. fejezete részletesen megvilágítja a szenvedés jelenségét. A szenvedés értelmének kérdése sem vethető fel általában, a teodiceára irányuló kérdés – hogy miért van a világban szenvedés – megválaszolhatatlan, hiszen ez a világ értelmére irányuló kérdéshez vezet el. Csupán a *patodicea* problémája vethető fel, amely azt vizsgálja, milyen értelmet találhat az ember a szenvedésben.⁴² Az

41 Frankl (1997), 70–73; Frankl (2012), 95–97.

42 I. m. 173.

újkortól a nyugati civilizációban a *szenvedéstől való menekülés* a jellemző: az *actio* és a *ratio*, az aktivitás és a racionalitás segítségével az ember megpróbálta eltüntetni a szenvedést a világban. A szenvedés csökkenthető, de eltüntetni soha nem lehet: ha a megváltoztathatatlan szenvedést nem vagyunk hajlandóak tudomásul venni, a benne foglalt értelemlehetőséget szalasztjuk el. Márpedig az élet passiójellegével szembe kell néznünk: az emberre ne csupán mint *homo sapiens*re vagy *homo faber*re tekintsünk, hanem mint *homo patiens*re is. Frankl megfogalmazza a „Pati aude!”, „Merj szenvedni!” imperatívuszát. A szenvedésképesség azt jelenti, hogy a megváltoztathatatlan szenvedést el kell fogadni, megfelelő beállítódást kell kialakítani vele kapcsolatban. Mit jelent ez a megfelelő beállítódás? Általánosságban azt mondhatjuk, hogy a szenvedés elfogadásához a szenvedésre kell irányulni, ahhoz viszont, hogy a szenvedés intendálható legyen, transzcendálni kell. Ez azt jelenti, hogy a szenvedésnek akkor van értelme, ha a *szenvedésen keresztül valami másra irányulunk, ami nem azonos vele: valamiért vagy valakiért szenvedünk*. Az értelmes szenvedés tehát mindig túlmutat önmagán, azaz: áldozathozatal.⁴³ Frankl a fájdalomcsillapítást a haldokló beteg esetében az orvos feladatának tekinti, az eutanáziát – tehát a szenvedés megszüntetését a beteg halálának elősegítése által – viszont már elutasítja. Ekkor az élet megszüntetésével elveszük a betegtől azt a lehetőséget, hogy értelmet valósítson meg a szenvedése ellenére is, a szenvedéséhez való megfelelő beállítódás révén. Frankl ugyanakkor utal arra is, hogy a fájdalomcsillapítás bizonyos esetekben elősegíti a halál bekövetkeztét (ezt a bioetika indirekt aktív halálba segítségnek nevezi, amely nem eutanázia, hiszen az csak szándékos lehet). Az orvos egyéni lelkiismeretén múlik egyrészt, hogy eldöntse, mikor nem lehet már segíteni a betegen, és a szenvedés enyhítése az egyetlen lehetőség, másrészt hogy milyen mértékben és módon látja indokoltnak a szenvedés csillapítását.⁴⁴ A szenvedéshez való megfelelő beállítódás, tehát a szenvedés mint áldozathozatal *teljesítményt* és *növekedést* jelent. Az ember bizonyos körülmények között már nem képes arra, hogy kívülről alakítsa sorsát, de a sors *belső leküzdésének* lehetősége adott: a feladat például egy gyógyíthatatlan betegség esetén

43 I. m. 108–110.

44 I. m. 111–123.

annak tisztázása, hogy mi az, amit ki lehet hozni ebből az állapotból. A szenvedés ráébreszti az embert belső szabadságára, ami *belső éréssel* jár.⁴⁵ A gyásznak is megvan a maga értelme: annak lehetőségét jelenti, hogy az elmúltat valamiképpen fenntartsuk (egy elvesztett szeretett személyt a gyász a belső időben megőrzi).⁴⁶

A logoterápia egyik fő célkitűzése a páciens *beállítódásának megváltoztatása*, hogy úgy szemlélje az életét, mint amelyet értelmesen kell élnie: erre minden helyzetben lehetősége van, hiszen nincs olyan szituáció, amikor ne lehetne értékeket megvalósítani. Ha valakit valamilyen *súlyos trauma* ért (pl. közeli hozzátartozó halála, egy súlyos betegség), fontos, hogy a terapeuta megfelelő beállítódást alakítson ki *a szenvedéssel kapcsolatban*: a páciensnek a szenvedés megváltoztathatatlan kiváltó okára úgy kell tekintenie, mint amely új életfeladatokat jelent a számára. Az, hogy *miként fogja fel az adott szituációt*, az *ő szabad szellemi állásfoglalásán* múlik. Amikor valaki élete utolsó időszakát éli, sok esetben már csak beállítódási értékeket képes realizálni. A terapeuta feladata az, hogy a *haldoklóban* tudatosítsa, ebben az állapotban is képes értékeket megvalósítani, ha például úgy viseli szenvedését, hogy azzal a legkevesebb terhet rója másokra, ezzel áldozatot hoz. Fontos annak tudatosítása is a betegben, hogy milyen sok *pozitívum* volt az életében, hiszen ha a haldokló csak a negatívumokra gondol, akkor az életét és így a haldoklását is értelmetlennek fogja találni.⁴⁷ E szemlélet szerint az életünkkel kapcsolatos *szellemi állásfoglalás az utolsó pillanatig adott*, az idő ember vagy éppen a haldokló is változtathat az életén. Nem véletlen, hogy Heideggerhez hasonlóan Frankl is hivatkozik Tolsztoj említett kisregényére.⁴⁸ Johnson művében – ahogy erről korábban szó volt – sejtetően halála előtt nem sokkal Tony is megváltoztatta a halállal és így az élettel kapcsolatos beállítódását. A logoterápia ahhoz adhat segítséget, hogy ez már korábban megtörténjen.

45 Frankl rámutat továbbá, hogy a szenvedés *gazdagodás*: a szenvedő ember az „igazság irányába növekszik”, ennek etikai méltósága és metafizikai relevanciája is van: a világ átláthatóvá válik. I. m. 100–106.

46 Frankl (1997), 122–123.

47 Az utolsó segélyről lásd: i. m. 235–237., illetve Lukas (2008), 37–55.

48 Frankl (1997), 120.

A Másik nem csak a haldokló mellett lehet, hanem vele is, hozzásegítve őt az értelemlehetőségek feltárásához. Az elbeszélő Tony történetében semmiféle értelemet nem talál, Frankl kifejezésével: egzisztenciális frusztrációt él át. A logoterápia a gyászolót, a veszteséget átélt embert is arra készítheti, hogy átértékelje szenvedése okával kapcsolatos beállítódását.

Befejezőként

Kierkegaard *Egy sírnál* című írásában szembeállítja a halál komoly gondolatát a halállal kapcsolatos „tréfával”, ami „a hangulat és a kifejezés átalakulásában változtatja magát”.⁴⁹ Idetartozik a halál minden olyan szemlélése, amelyben a szemlélő önmagát nem gondolja együtt a halállal. Tréfa például a *hirtelen halálra* mint szerencsére tekinteni, illetve általában a halálra mint a legnagyobb szerencsére vagy szerencsétlenségre gondolni.⁵⁰ Johnson regényének elbeszélője szerint a halál szerencsétlenség, csupán a gyors halál jelent valamiféle szerencsét a szerencsétlenségben. Ugyanakkor Tony mintha szert tett volna élete végén a halál komoly szemléletére, mintha a halált legsajátabb létlehetőségként értette volna meg. A Frankl által kidolgozott logoterápia és egzisztenciaanalízis egyik célja az, hogy minél több ember eljusson ehhez a megértéshez.

Irodalom

- Csejtei Dezső: *Filozófiai metszetek a halálról*. Pallas Stúdió – Attraktor, Budapest 2002.
- Frankl, Viktor E.: *Orvosi lélekgyógyászat*. Fordította: Jakabffy Imre, Jakabffy Éva. UR Kiadó, Budapest 1997.
- Frankl, Viktor E.: *A szenvedő ember. Patodicea-késérlet*. Fordította: Bruncsák István, Kalocsai Varga Éva. JEL Kiadó, Budapest 2012.
- Frankl, Viktor E.: *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Fordította: Molnár Mária, Schaffhauser Ferenc. JEL Kiadó, Budapest 2005.

49 Kierkegaard (2001), 272.

50 I. m. 273, 294.

- Frankl, Viktor E.: *A tudattalan Isten. Pszichoterápia és vallás*. Fordította: Varga Judit, Bircsák Anikó, Varga Zsófia. EuroAdvice, Budapest 2002.
- Heidegger, Martin: *Lét és idő*. Fordította: Vajda Mihály, Angyalosi Gergely, Bacsó Béla, Kardos András, Orosz István. Osiris, Budapest 2001.
- Johnson, B. S.: *Szerencsétlenek*. Fordította: Bart István, Európa, Budapest 1973.
- Kierkegaard, Sören: Egy sírnál. Fordította: Csejtei Dezső. In: Csejtei Dezső: *Filozófiai etűdök a végességre*. Veszprémi Humán Tudományokért Alapítvány, Veszprém 2001.
- Kübler-Ross, Elisabeth: *A halál és a hozzá vezető út*. Fordította: Blasszauer Béla. Gondolat, Budapest 1988.
- Lukas, Elisabeth: *Beteljesülés – értelemkeresés időskorban*. Fordította: Kalocsai Varga Éva. JEL Kiadó, Budapest 2008.
- Sárkány Péter: *Filozófiai lélegzõgondozás*. Jel Kiadó, Budapest 2008.
- Sartre, Jean-Paul: *A lét és a semmi*. Fordította: Seregi Tamás. L'Harmattan Kiadó – Szegedi Tudományegyetem Filozófia Tanszék – Magyar Filozófiai Társaság, Budapest 2006.
- Sartre, Jean-Paul: A fal. Fordította: Justus Pál. In: *Az Undor. Regények és elbeszélések*. Európa, Budapest 2001.
- Tolsztoj, Lev: Ivan Iljics halála. Fordította: Szõllõsý Klára. In: Lev Tolsztoj: *Bál után. Kisregények és elbeszélések*. Európa, Budapest 1984.

Abstract

Keywords: *own death, the other's death, the meaning of death, philosophy of existence, logotherapy*

In my study connected to B. S Johnson's *The Unfortunates*, first published in 1969, I write about the relationships between the other's death and the own death, as well as about the question of the meaning of death. To interpret the problem I use Martin Heidegger's and Jean-Paul Sartre's perception of death and the death theory of Viktor Frankl's logotherapy.

Barcsi Tamás PhD, egyetemi adjunktus, PTE ETK. Kutatási területek: erkölcsfilozófia, társadalomfilozófia. Főbb publikációk az utóbbi évekből: *Az emberi méltóság filozófiája* (Typotex, Budapest, 2013), *A kivonulás mint lázadás* (Publikon Kiadó, Pécs, 2012), *A „Szív” méltósága. Az emberi méltóság és az elismerés problémája Dosztojevszkij műveiben* (Partitúra, 2014/2.).

Stephen J. Costello

Logotherapy as Philosophical Practice

Keywords: *Viktor Frankl, logotherapy and existential analysis, philosophical practice, Plato, noetic dimension, Stoicism, Logos, therapy, Eric Voegelin, Semyon Frank, eudaimonia, happiness, the flow of presence, noögenic neurosis, philosophy, psychopathology, pneumapathology, religion, ultimate meaning.*

Frankl with Plato

Viktor Frankl's 'logotherapy' has been labelled a 'healing through meaning'. *Therapeia* is 'curing' or 'healing' and Frankl translates *logos* as 'meaning' as well as 'spirit'. Therapy has traditionally been regarded as a 'treatment' (the medical model) or a talking cure (the psychoanalytic–psychotherapeutic model), as remediation and remedy for maladies and mental illness, but it was Plato who first propounded the notion of philosophy itself as a therapy for disorders of the soul in dialogues from the *Charmides* to the *Timaeus*. Indeed, in the *Republic*, he explicitly mentions 'mental health', likening it to a musical note and making the point that the ultimate aim is the integration of the three parts of the personality (Freud, a self-styled student of Plato, centuries later, would similarly argue for a tripartite structure of the mind: conscious, preconscious, unconscious in his first topography, and id, ego, superego in his second topography). For Plato, philosophy is a way of life and offers itself as a therapy, beginning with a diagnosis of derailment and disorder (in the soul and society) together with its distinctive methods of release and transformation (cathartic cure).

In our own time, psychology (far removed from a *logos* of the *psyche*) prioritizes *techné* over (*philos*) *sophía*, thus threatening the very meaning of being. Philosophy, or the love of wisdom, leads to *arête* (virtue) and thence to *eudaimonia* ('flourishing' or spiritual 'joy', which has been translated as 'happiness' too). In this Platonic

perspective, sanity is conformity of the mind with Being, insanity the rejection of reality. Nothing less is offered than ‘conversion’ (*metanoia*) as the soul pilgrimages from shadows in the cave of the unconscious to the sunlight of the Good (*Agathon*) itself, achieving in the ascent more consciousness and mental clarity: the turning (*periagoge*) to meaning and to the incomprehensible presence of the mystery of Being Itself.

This desire for the divine draws us, just as the instincts drive us. This is the Platonic field of tension, which Frankl labels noödynamics (spiritual striving and struggling), consisting of pull and counter-pull in the *metaxy*. It is not science but the Divine Good alone which satisfies the psyche’s inexpugnable need for what Frankl calls ‘ultimate meaning’. So, for Plato, and Frankl, it is not power or profits or prestige or pleasure which are the sources of our motivation but purpose and meaning and virtue, in other words, the true (*verum*), the good (*bonum*), and the beautiful (*pulchrum*) – the three transcendental concepts.

Inner harmony, for Plato as for Frankl, produces well-being; order is integration and unity – the work of synthesis. Disorder is conflict and strife, Heraclitean flux without anchorage in the divine reality. Plato thus aligns harmony with health and happiness. The aim is to become one instead of many and attain unity and wholeness. To put that in a Franklian framework: unity is the integration of the somatic and psychic aspects of the person; wholeness is that plus the integration of the noetic or spiritual dimension brings from its unconscious depths. This, so we can act in concord and unison. Disorder, by contrast, is discordance, disagreement, and dis-ease – disintegration. For Plato and for Frankl, Socrates was the man of integrity *par excellence* – he was an integral man (*integritas* is ultimate unity): a just man in thrall to the divine *Eros* and participating in the depths of the divine *Nous* Itself as trans-empirical reality (Plato’s metaphysics is essentially a theomorphic ontology). Socrates’ conscience (*daimon*) was his guide as he elicited from his interlocutors the truth (*aletheia*) about their own being – their deepest desires and noblest aspirations through the maieutic art of Socratic dialogue which for Frankl is the essence of logotherapy, as existential encounter, itself. We can

therefore surely say that Socrates was the first logotherapist in the West and Plato its preeminent philosophical practitioner just as Frankl was a pioneer and precursor of contemporary philosophical counselling.

Existential Analysis as Philosophical Therapy

Existential analysis has been historically associated with thinkers such as Menard Boss, Ludwig Binswanger, Igor Caruso, Rollo May, and Viktor Frankl. It is a philosophical form of therapy that concerns itself with the givens of the human condition such as suffering, guilt, and death (the tragic triad) as well as emptiness and the feeling of meaninglessness (what Frankl calls the ‘existential vacuum’) as well as healing, meaning, and forgiveness (the triumphant triad) in relation to the four dimensions of human existence: the physiological/biological, psychological/emotional, personal/spiritual, and social/historical. The aim is to make sense of human existence and experience.

Listening to the Logos: Love, Reason, and Reality

Heraclitus, the Pre-Socratic philosopher, tells us that it is wise to listen to the Logos, and listening to it we say that all things are one (Frankl’s ‘monanthropism’/ Eric Voegelin’s ‘universal humanity’). This is the desired end and aim of existential analysis and philosophy: wholeness. Before Plato, Heraclitus established the term Logos as the source of order in the cosmos. ‘The Logos holds sway always’, as he writes in one of his *Cosmic Fragments*. Aristotle, for his part, applied the term to rational discourse. Later, the Stoics defined and identified it as the divine principle animating and permeating the universe. The Gospel of John identifies Christ as the incarnation of the Logos, that was in the beginning and without Him was not anything made that was made: Logos so, as *theos*, as Word of God. Centuries later, C. G. Jung would describe the Logos as the masculine principle of rationality and consciousness and as counterpart to female Eros. Voegelin (1901–1985), in philosophy, would return to the Greeks

and make this principle assume a central place in his work, while Viktor Frankl, in existential psychology, would term his philosophic-spiritual therapy as ‘logotherapy’. For Pope Benedict XVI, Christianity is *the* religion of the Logos. Meanwhile, Jacques Derrida and the postmodernists would have cause to critique this notion and deconstruct the entire foundationalist ‘logocentrism’ (as they see it) of Western philosophy.

Jung is erroneous to set Logos up against Eros because Logos includes both reason and love as the twin pillars of reality. Derrida, for his part, deprives us of our foundations in the truth. What, so, is the truth? It was asked before by a jeering Pilate, who, having asked it, didn’t wait for a response. Before him was Truth Itself, the Logos of the Word incarnate in history: Truth as a Person, not a proposition. In classical thought, truth is the adequation of mind with being; conformity with the Logos/reality. Further, the term Aristotle employs to designate and describe flourishing or spiritual fulfilment or fullness (of life) – *eudaimonia* – is attained by attunement to the Logos as the source of order in man’s personal, social, and historical existence. This is the real meaning of mental health.

If it is true (and I think it is) that we move, as Frankl has persuasively argued in modern times, in three dimensions – man as *soma* (body), *psyche* (mind), and *noös* (spirit) –, then all three dimensions or modalities or modes of being need to be accessed. However, ultimately, we are one (an anthropological unity), a unity in diversity (*unitas multiplex*, as Aquinas states), despite our ontological differences. This is the heart of Frankl’s philosophical anthropology. Unity, for Frankl, does not designate wholeness which involves the integration of somatic, psychic, *and* the spiritual aspects of the human person, as has already been mentioned. ‘Without the spiritual as its essential ground, this wholeness cannot exist’ (Frankl, 2000, p. 34). The spiritual self emerges from unconscious depths. Here we may note further parallels between Plato and Frankl, points of equivalence and convergence as Plato’s doctrine of *anamnesis* (remembrance) can be interpreted as a precursor to modern conceptions of ‘the

unconscious', the aim here being recollection of what was once forgotten (*amnesia*) – making the unconscious conscious.

I mentioned *eudaimonia* above. The problem with translating it as 'happiness' is that this modern word tends to connote a merely psychological feeling of pleasure or subjective satisfaction (see Costello, 2010). But by *eudaimonia* the Greeks meant a spiritual happiness (as indicated by the etymology of the word) which we might render as 'joy', about which Christianity speaks. I would suggest that *eudaimonia* occurs (if I can phrase it like this) by listening to the Logos, to the 'flow of (divine) presence' (see Costello, 2013), as Voegelin labels it, as divine source of order in the soul (*psyche*) and in society (*polis*) and that, therapeutically, it is the Logos or spirit in the human person (and its defiant power) that can never be sick (an insight derived from Viktor Frankl, which he calls his 'psychiatric credo', meaning that there is intactness behind every illness, a person entire and whole beyond every pathology).

Accepting and understanding the Divine Ground, which Plato calls the Good, and attuning ourselves to the flow of presence, to the Logos which is itself both love and reality, brings 'the accompanying joy, the *eudaimonia* – while if we reject it we fall into the state of anxiety', as Voegelin puts it (Voegelin, 1967, pp. 318–9). Frankl, for his part, similarly observes: 'Like iron filings in a magnetic field, man's life is put in order through his orientation toward meaning' (Frankl, 1967, p. 35). Disorder is meaninglessness; it is distance from the divine reality.

We can say that for Christianity Logos and love are identical. Cardinal Ratzinger sums all this up succinctly when he says that the content of Christianity consists, in the final analysis, 'in love and reason coming together as the two pillars of reality [rather than the Freudian *Eros* and *Thanatos*]: the true reason is love, and love is the true reason. They are in their unity the true basis and the goal of all reality' (Ratzinger, 2003, p. 183).

Let us examine in more detail this emphasis in logotherapy on the spiritual order of being, as it points to what is distinctively human in the person and therefore constitutes the core of Frankl's religious philosophy.

From Psychopathology to Pneumapathology

Pathology is the study and diagnosis of disease. Psychopathology is the study – generally from within psychiatry and psychoanalysis – of mental disorder. Psychiatrists are particularly interested in descriptive psychopathology, that is to say, with denoting symptoms and syndromes of mental illness. This is evidenced in the diagnostic system of both the *DSM* and *ICD*.

I would like here to outline a noetic nosology of ‘pneumapathology’ in relation to Frankl’s philosophical anthropology; to clarify and detail the distinctions between ‘soul’ and ‘spirit’ which are often confused in relation to this discussion; and to urge the retention of classical logotherapy which resists any subtle or seductive attempts, however well-intentioned, to become a hagiotherapy (healing through that which is holy; from the Greek *hagios* meaning ‘holy’).

‘Pneumapathology’ was a term coined by Friedrich Schelling (1775–1854), the German philosopher who introduced it into the philosophical lexicon, though it has to be said it is neither widely known nor used. A notable exception to this neglect is Eric Voegelin, who borrows and employs the term to designate the spiritual disease/ disorder of Gnosticism. Schelling influenced Coleridge, who introduced into English Schelling’s concept of the unconscious, a term the former coined.

Psyche is ‘soul’. *Pneuma* is the ancient Greek word for ‘breath’ (*ruach* in Hebrew) and, in a religious context, for ‘spirit’, which is how it is commonly employed in Judaic and Christian usage, in the Septuagint and the Greek New Testament. ‘Spirit’ (or *animus* in Latin) operates and realizes itself through the body. The spirit is, in essence, freedom (a point avowed by Frankl). So, man is responsible at every moment (a key tenet of logotherapy and existentialism). That is why Frankl can correctly and with conviction state that freedom and responsibility constitute man as a spiritual being.

Pneumapathology refers, then, to the realm of phenomena, which has been described – by Voegelin – as ‘a disease of the spirit’, though this is not Frankl’s understanding – a point to which I shall return shortly.

In an essay dating from 1966 entitled 'The German University and the Order of German Society: A Reconsideration of the Nazi Era', published in *Published Essays 1966–1985*, Voegelin cites the example of Lady Macbeth in the context of his brief citation of Schelling's neologism. A man has summoned the doctor to observe Lady Macbeth's strange nocturnal behaviour (she tries to scrub away the spots and sins of the past) in the last act of Shakespeare's tragedy:

Doctor: What is it she does now? Look how she rubs her hands.

Gentleman: It is an accustomed action with her to seem thus washing her hands.

[*Diagnosis of the*] *Doctor*: Foul whisperings are abroad; unnatural deeds do breed unnatural troubles. Infected minds to their deaf pillows will discharge their secrets. More need she the divine [the priest] than the physician. Good God, forgive us all!

Spirit, in this Voegelinian philosophical, Platonic perspective, designates the openness of man to the divine Ground of his existence; estrangement from the spirit, the closure and revolt against the Ground. It is man's spirit that partakes of the divine. He thus rises to his divine destiny as the *imago Dei*. Nazi Germany produced a society whose spirit was sick, according to Voegelin, in its proliferation of evil – 'evil is a pneumopathological condition of consciousness', in Voegelin's words (Voegelin, 1990, p. 35). It was an example of pneumopathological closure to the divine Ground of reality, which signifies more of a derailment and disease, a spiritual disorder and dissociation, than a mere disorientation.

It may be the disorder of an age or an individual. Voegelin gives the example of Hegel and his great sons in sorcery – Marx and Nietzsche –, who refused to perceive reality; they closed their existence to the Ground and constructed imaginary secondary realities (Voegelin, 1990, p. 278). Man, rather, is consubstantial (in other words, of one substance) though non-identified with divine reality, according to Voegelin, in contradistinction to the theorizing of a Marx or Nietzsche. It is noetic consciousness that discerns this and participates in the Flow of divine Presence. Pneumopathology refers to the creation of 'second realities', to reductionist fallacies, to illusions of immortality; the refusal to recognize reality as it is

and is the major symptom of existential alienation, of what Frankl labels the existential vacuum. Chrysippus, the Stoic, speaks of the ‘*agnoia ptoiodes*’ (‘scary ignorance’) of the moderns that leads them away from the light (as in Plato’s Allegory of the Cave) and Cicero characterizes it as a disease of the mind, the rejection of reason, while Voegelin, in his Platonic philosophizing, conceptualizes it as the disorder in soul (*psyche*) and society (*polis*).

I contend that philosophical *therapeia* needs to be cognizant of such a condition. It has clinical consequences for practising logotherapists and existential analysts in Frankl’s tradition, as well as for philosophical counsellors (and these two are not opposed). Indeed, I am here arguing for logotherapy to be understood as essentially a philosophical praxis. Furthermore, many philosophical counsellors are actually applying logotherapy in the clinic). Logotherapy is a cure through ‘reason’ (understood in the classical philosophical sense as openness to receive reality, rather than in its reductionist, Enlightenment sense of instrumental reason).

So, where does this fit in relation to Frankl’s existential emphasis on the noetic in terms of his tri-dimensional ontology and philosophical anthropology? *Nous* is Greek for ‘thought’ or ‘understanding’; it is that which differentiates humans from (other) animals, who also have *psyche* or ‘soul’ meaning ‘life’. Soul animates body (for Aristotle, it is the substantial form of the body). For Frankl, it refers to what is uniquely human. *Nous*, thus, is (immaterial) ‘intellect’ (also intellectual ‘intuition’); it is ‘mind’ or ‘reason’. It is thus akin to *logos*. The human person, in a Classical Greek and Christian trichotomy, may be viewed in three dimensions: somatic, psychic, and noetic, but while all humans have *nous*, believers assert we are *pneuma* or ‘spirit’ too. And as the noetic has also been translated as ‘spiritual’ in English there has been some semantic and conceptual confusion, at least for English-speaking readers of Frankl. *Pneuma* refers to ‘spirit’ (*Geist*) or ‘spiritual soul’ (*Seele*) from within a religious register. Soul is the principle of life just as spirit is the source of life. Man is in his entirety body, psyche, and spirit.

Pneumatology is the study of spiritual beings and spiritual phenomena, especially the interactions between humans and God. We may speak, therefore, of the human trinity: somatic, psychic,

noetic, which is created in the image of the divine Trinity. But this is *not* a fourth dimension, as some ‘Christian logotherapists’ have asserted, for instance, Donald Tweedie in his book *The Christian and the Couch: An Introduction to Christian Logotherapy* (Tweedie, 1963, p. 55). *Pneuma*, or the pneumatic dimension, which is the presence of the Holy Spirit (*Heiliger Geist*) in every human being created in the image of God Himself (i.e., the indwelling of the Three Persons in the soul), *binds and holds the three dimensions together, grounds them*. It is not another dimension.

Now, classical logotherapy correctly avoids confusion with this overtly religious connotation and context and avoids committing a category mistake in conflating distinct terms. Frankl was at pains to separate them; indeed he does not address this pneumatic aspect, which grounds man’s existence in God. ‘Spiritual’, in this context, is employed by Frankl without religious reference. It would not just be ‘Christotherapy’, which would explicitly deal with the truly spiritual core of the human person as its specific area of focus but theism generally, so we must object to this term – the one Donald Tweedie employs in the book just cited. Moreover, there is no such thing as *Christian logotherapy*. There is simply logotherapy, and its practitioners will be Christian or Jew, Moslem or atheist, etc. So, logotherapy must avoid the pitfall of becoming hagiotherapy, the relatively new discipline, spearheaded by Tomislav Ivančić, a Croatian priest, who drew heavily on logotherapy in his 2010 book, *Diagnosing the Soul and Hagiotherapy*. Hagiotherapy not only draws on a person’s spiritual strength (as in logotherapy) but also on God’s Spirit, and prayer is brought into the consulting room.

Frankl differentiates them thus: (logo)therapy involves helping souls while religion is about saving souls. There is an unconscious religious sense – a spiritual/rational unconscious, but there is also a difference we need to keep demarcated between religion and logotherapy. Logotherapy starts and stems from the spiritual, as Frankl repeats in a number of his works, but he holds the dynamic tension between them in balance; he does not collapse or confuse these two dimensions. In *Man’s Search for Ultimate Meaning*, Frankl writes:

‘Religion provides man with more than psychotherapy ever could ... There are some authors who propose that psychotherapy relinquish its autonomy as a science and its independence from religion in favour of seeing its function as that of an *ancilla theologiae*. As is well known, for centuries philosophy was allotted the role of such an *ancilla theologiae*, i.e., a handmaid in the service of theology. However, just as the dignity of man is based on his freedom ... so the dignity of a science is based on that unconditional freedom that guarantees its independent search for truth ... whoever tries to make psychotherapy into an *ancilla theologiae* ... not only robs it of the dignity of an autonomous science but also takes away the potential value it might have for religion ... psychotherapy has to refrain from setting any preconceived goals along religious lines’ (Frankl, 2000, pp. 80–1).

The human psyche is religious by nature, but that evidence can only come from a therapy that by its nature is not religiously oriented. Logotherapy is such a secular science; that is its strength. Religion, or the spiritual sphere, is the proper concern of man in his search for *ultimate meaning*. Therein, the difference.

To make an additional point, alluded to earlier: It is true that the noetic and the pneumatic dimensions cannot become sick *in themselves*, but the search for meaning or God may become frustrated or blocked and originate illness on the other levels, and this is what Voegelin undoubtedly means by ‘pneumapathology’, though it has to be said that Frankl is more precise in this regard. Voegelin’s term ‘disease of the spirit’ is misleading and may give the wrong impression. For, as Frankl rightly and repeatedly says, the spirit *as such* can never be sick. The frustration of meaning may lead to a noögenic neurosis just as frustration on the spiritual level of existence may lead to what I am calling a pneumatogenic neurosis. But the neurosis is the result of access to the pneumatic being blocked or ignored, etc. The pneumatic dimension cannot cause or be the reason for any illness. However, conversely, if positive influences occur at the level of *pneuma*, it will, in turn, influence the somatic, psychic, and noetic dimensions as well. The point here is that this explicitly spiritual dimension may be attested

to theoretically or existentially by the theistic logotherapist, but it cannot explicitly enter into clinical practice.

Frankl asserts: 'A higher dimension, by definition, is a more *inclusive* one. The lower dimension is included in the higher one; it is subsumed in it and encompassed by it. Thus biology is overarched by psychology, psychology by noölogy, and noölogy by theology' (Frankl, 2000, p. 16). Theology is, thus, the queen of the sciences as its 'object' is God Himself – our final end. However, as Frankl points out in his *The Will to Meaning* (1988) and *Man's Search for Ultimate Meaning* (2000), there is a dimensional barrier between the human and divine worlds, as well as between the spiritual and the instinctual in contrast to the fluid border between consciousness and the unconscious (see Frankl, 2000, pp. 32, 156).

The Meaning of Logotherapy

Let us clear up some more confusion which goes right to the heart of what we mean by logotherapy, before proceeding any further. It is customary in the literature on the subject to speak of logotherapy as representing the third Viennese school of psychotherapy, following Freudian psychoanalysis and Adlerian Individual Psychology. However, when Dr Viktor Frankl, the founder of logotherapy and existential analysis, mentions logotherapy as a 'psycho'-therapy, he is employing the latter word generally to refer to mental health and therapeutic healing. Logotherapy is a psychotherapy if practised by psychotherapists. It is doubtful, however, that Frankl would have agreed with the way the profession of psychotherapy is becoming regulated by 'Europe' (Statism); indeed, on this count, both Leninists ('smash the State') and libertarians (limited government) would agree. Up until recently, there have been no statutory regulations governing the practice of counselling or psychotherapy in most of the European States, but that situation is changing rapidly with countries now requiring state registration for counsellors and psychotherapists. A 'European Certificate of Psychotherapy' is being offered to groups and individuals who fulfil certain stringent criteria of a quantifiable nature laid down by the umbrella body calling itself the 'European Association of

Psychotherapy'. Training as a psychotherapist will require: 1) a degree in the human sciences, 2) an interview, 3) a minimum of four years training in a specific psychotherapy treatment modality at Master's level, consisting of 1,400 hours to include: a) 250 hours/ sessions of personal psychotherapy, b) 500–800 hours of theory, c) 300–600 hours/ sessions of supervised clinical practice with clients/ patients, d) 150 hours/ sessions of supervision, and e) clinical placement in a mental health or psycho-social setting. The term 'psychological therapist' will be employed. So, where does that leave logotherapists, and philosophical (as distinct from psychological) counsellors?

It is difficult to see how logotherapy fits in with these requirements. After all, Frankl tells us that man is more than psyche, 'man is spirit'. Moreover, Frankl felt that even reading his books could be therapeutic (bibliotherapy). Furthermore, to take a concrete example, logotherapists as eminent as Alex Batthyany, the Director of the Vienna Viktor Frankl Institute, did his training with one of Dr Frankl's foremost living disciples, Dr Elisabeth Lukas, much lauded by Frankl himself, and in Dr Lukas's Institute there is no requirement for formal individual/personal therapy (because Frankl was personally against this imposed obligation); the closest she comes to providing this is the experience of a directed autobiography where participants relate details of their lives to the group who actively listen and comment. I conduct this in my own Institute, which is the only English-speaking (non-online) training in logotherapy and existential analysis in Europe; and I can say that this approach is profound and deeply therapeutic, though it would not be recognized by 'Europe'. One student writes of his experience of this logotherapy group thus:

'Recalling my past life, writing it and recounting it to you has been an invaluable exercise. It has enabled me to structure the disordered pieces of my life and give them visible shape. From it has emerged an unfinished mosaic which is peculiarly mine. It will be my vade-mecum and its concreteness a source of confidence in all my future engagements. I may not know where my life is heading but I now know that it is unfolding in greater fullness. ENOUGH! I have been given wings, And a needle in the mind to respond to!'

It is worthwhile to remind ourselves of the meaning of logotherapy itself following Frankl's own words on the subject and see how different it is from what is now offering itself as psychotherapy, be it CBT or psychoanalysis, Constructivism or Analytical Psychology.

The subtitle of Viktor Frankl's very first book, penned in a concentration camp, *The Doctor and the Soul* (2004a), is 'From Psychotherapy to Logotherapy', implying from the very outset that there is some difference between these two disciplines. Frankl, of course, himself does speak of logotherapy, in other passages, as being a psychotherapy, but presumably he meant this term loosely as understood within the cultural context of his own day.

Logotherapy is a therapy which starts from man's spirit; it recognizes and respects man's psycho-physico-spiritual unity. Frankl labels it 'a psychotherapy in spiritual terms' (Frankl, 2004a, p. 29). The aim of logotherapy initially was not to supplant but to supplement psychotherapy. Frankl tells us that psychoanalysis is its indispensable foundation (see Frankl, 1988, p. 10). However, over the years, logotherapy has developed into its own independent system, and few logotherapists are rooted in Freud and in existential philosophers such as Martin Heidegger and Max Scheler, as Frankl was. Indeed, at the first Argentine Congress on Logotherapy in 1984, according to Omar Lazarte, the people present remember Frankl saying that he supported himself on two pillars (see Lazarte, 2009, p. 181) – Freud and Heidegger.

Another aim of logotherapy is to purge, according to Frankl, psychotherapy of its psychologism. Frankl delineates the differences between logotherapy and psychotherapy thus: 'Psychotherapy endeavours to bring instinctual facts to consciousness. Logotherapy, on the other hand, seeks to bring to awareness the spiritual realities' (Frankl, 2004a, p. 43). There is no room for this in the stated aims and objectives of the European Association of Psychotherapy. Logotherapy indeed is specifically designed to help and 'handle those suffering over the philosophical problems with which life confronts human beings' (Frankl, 2004a, p. 46). Logotherapy, unlike nearly all of the psychotherapies, with the exception of Assagioli's psychosynthesis, takes explicit account of the spiritual sphere which

Frankl calls the noetic or noölogical, and which we have been exploring here.

Logotherapy is the clinical application of Frankl's existential analytic approach. Already in 1926 logotherapy 'had extended beyond the scope of psychotherapy beyond the *psyche*, beyond the psychological dimension to include the noölogical dimension, or the *logos*' (Frankl, 2000, p. 67). So, Franklian psychology, in its clinical praxis, is both a therapy and an analysis; it is a *logo*-therapy just as it is an existential rather than psycho-analysis. Franklian existential analysis differs quite radically from the existential analysis of Medard Boss and Ludwig Binswanger, Igor Caruso and Rollo May, in that it draws in its philosophical dimensions more from Max Scheler's phenomenology and philosophical anthropology, as evidenced especially in logotherapy's tri-dimensional ontology, rather than in the Heideggerianism of the other schools of Continental existential analysis.

Logotherapy extends beyond psychotherapy; it is primarily a noetic or spiritual therapy and care of the soul (self). It is a noölogy rather than a psychology and is best considered, I would argue, as *a form of philosophical practice*. Logotherapy is primarily a noetic or spiritual therapy and care of the soul (self). Did the great Eric Voegelin, that Platonic scholar par excellence whom we cited earlier, not tell us that Frankl, in modern times, was renewing and retrieving the older Platonic tradition of philosophy as a *therapeia* with his 'Socratic dialogue'? (see Eric Voegelin, 1990, pp. 278–9). Its aim is to orient a person toward the true, the good, and the beautiful; to nature, culture, and art; to meaning, in other words. It is a practical and profound philosophy of life from which everyone can profit, containing within itself the perennial wisdom of the ages. The subject of meaning is universal and everyone can benefit from finding meaning and fulfilling purpose, thereby flourishing rather than floundering. Logotherapy is a method that clarifies the concept of meaning. The principal insights and ideas of logotherapy, as a philosophy of meaning, can be integrated by everyone everywhere. Psychotherapy is 'meaning through therapy', whereas logotherapy is 'therapy through meaning'. Logotherapy is existential, personalist and, with its explicit reference to

transcendence, it may also be construed as a transpersonal theory and therapy.

Peter Sarkany's seminal paper, 'Outlines of Viktor Emil Frankl's Religious Philosophy' is instructive in this regard and my analysis agrees in the main with his. In it, Sarkany argues that logotherapy/existential analysis is rooted in the philosophical dimension and that its theory of personality is transpersonal. In another article, 'An Outline of the Philosophical Care of the Soul: Phenomenology, Existential-Analytic Logotherapy and Philosophical Counselling', Sarkany outlines the case made superbly by Pierre Hadot in his *Philosophy as a Way of Life* that logotherapy be considered as a *philosophical therapy* which has as its principal aim the cure or care of the soul. This Platonic philosophical tradition of care of the self or soul ruptures in the Middle Ages and in Modernity but is alive and well in the twentieth century in the work of Wittgenstein, Jan Patocka, Werner Jaeger, Michel Foucault, Hadot, and others. Logotherapy has much in common with this older philosophical tradition which views philosophy not only as a noetic therapy but also as a practical system of spiritual exercises which were developed by the Stoics and others and which find their way into logotherapy as dereflection, Socratic dialogue, and attitude modification.

The relatively new movement of 'philosophical counselling', practised by prominent practitioners around the world, is heir to this tradition too. Logotherapy returns us to the therapeutic tradition of classical Greek philosophy. Care of the soul is practised primarily, though not exclusively, through Socratic dialogue. Logotherapy and existential analysis is a kind of philosophical ministry and midwifery. Sarkany, in the aforementioned article, argues that logotherapy can be perceived and practised as a kind of philosophical counselling. It is Frankl who has realized with his logotherapy the ancient dreams of healing by reason and has fulfilled their therapeutic ambitions. However, Frankl has also developed and incorporated into his practice a psychiatric classification of the neuroses and psychoses, as evinced in his *On the Theory and Therapy of Mental Disorders* (2004b). More than anything, though, logotherapy is a practical philosophy, a way of living meaningfully and mindfully.

There is another thinker who argues similarly, and that is Reinhard Zaiser, and I would like to draw briefly on his paper, ‘Working on the noetic dimension of man: philosophical practice, logotherapy and existential analysis’, where he asserts that we can discover the ancient spiritual exercises in contemporary logotherapy and he makes the point that most philosophical practitioners are actually doing logotherapy.

He begins by stating that philosophical practice and logotherapy have a lot in common in that both are working with similar methods on the noetic dimension of man. Zaiser calls Frankl a pioneer of philosophical practice. According to Zaiser, the spiritual exercises of the ancient philosophers are nothing other than the methods of logotherapy. So, what precisely does the term ‘spiritual’ mean in logotherapy and where does it fit into Frankl’s philosophy?

The Spiritual Dimension

According to Frankl, instincts and spirit are incommensurable concepts. The spiritual, to repeat, *is the human in the person*, the specifically human dimension. Instincts and spirit form an ontological hiatus; they represent two fundamentally distinct regions within the total structure of the human being. In *The Unconscious God* (Frankl’s Ph.D. dissertation in philosophy, which was later published in an expanded form under the title *Man’s Search for Ultimate Meaning*), Frankl asserts that existence ‘is in essence spiritual’ (Frankl, 1985, p. 27); on the other side of the divide is facticity (a Heideggerian term), meaning somatic and psychical facts – the realm of the physiological and the psychological. A sharply drawn line separates and demarcates these two ‘regions’ unlike the blurred line between the somatic and the psychic. In terms of a multidimensional aetiology of a psychosomatic condition, every clinician knows how difficult it is to differentiate between psychogenic and somatogenic components.

Spiritual existence is seen by Frankl in terms of *freedom* and *responsibility*. We spoke about dimensions of the person; the core is precisely the person as a spiritual being, the centre of spiritual activity. Putting this another way: the spiritual personal centre is

encompassed by peripheral psychophysical layers. There is thus the spiritual person and his psychophysical overlay. The core individualizes and integrates. The spiritual core constitutes oneness and wholeness in the acting person – a threefold wholeness makes man complete. The spiritual is man's essential ground and, of course, spiritual phenomena may be conscious or unconscious but the spiritual basis of man is unconscious. The human spirit is in its very origin (depth) unconscious spirit.

Logotherapy and existential analysis tries to elicit man's striving for a meaning to life by elucidating the meaning of his existence, unravelling it like a carpet. At all times, Frankl holds that there is a positive correlation between meaning orientation and mental health. When man's search for meaning is frustrated or thwarted, it leads to a spiritual distress, which is not the same as a mental disease. The self is not his or her symptoms; the person is not his or her pathology. We are able to self-distance and self-transcend.

In self-distancing, the person can create a small area of freedom between a stimulus impinging upon him and his response to it; we can detach from psychological conditions in our noölogical dimension. Freedom is not just freedom *from* conditions but freedom *to* take a stand or stance towards them (spiritual attitude). And the logotherapeutic technique of paradoxical intention makes use of such noö-psychic detachment. Similarly in self-transcendence, which, for Frankl, is the essence of human existence as such, the person can move beyond himself, can stretch out to a world beyond his own ego. Logotherapy takes seriously this noölogical component in its focus on meaning and spirit. A person's spiritual resources are a vast reservoir for mental health. The spirit of man contains many riches and is essentially creative. 'It is the task of logotherapy to bring to light the spiritual struggle of the individual' (Frankl, 1985, p. 59).

Geist is the nucleus of the personality; the final requirement is fulfilment – flourishing. In *The Doctor and the Soul*, Frankl opines that logotherapy is 'psychotherapy in spiritual terms' (Frankl, 2004a, p. 29). In what he labels 'medical ministry,' the logotherapist offers the non-religious person (the religious person will find his security and solace in the mystery of his metaphysics) a space

for therapeutic talking which will bring relief. This clarifying, critical, consoling, and contemplative conversation on personal predicaments will touch upon questions of value and of meaning and enters into medicine's borderland, but existential analysis will not block the door to transcendence. Medical ministry is concerned with the health of a man's soul, not its salvation, and nurses are in a privileged position to carry out their immensely important tasks against the backdrop of such a mission and divine mandate (Isaiah: 'comfort ye, comfort ye my people'). A person's soul is healthy when he or she remains conscious of his or her responsibility. So, if we view the human person in terms of a pyramidal structure, the noetic dimension provides his spiritual anchorage.

Clinical Example

Let us take a clinical example to concretize these theoretical observations: depression may manifest itself somatogenically as an endogenous melancholia, in which case medication and pharmacological intervention may help, or psychogenically as a reactive depression in the wake of the loss of a loved object, in which case talking therapy may be the preferred option in terms of a treatment modality or noögenically whereby the patient becomes a philosopher who is confronted with the perceived pointlessness of his existence, in which cases meditation is probably better than medication; sometimes Plato is better than Prozac.

Noögenic neurosis is the term employed by Frankl to designate mental disorders that arise from spiritual or existential reasons rather than biological causes. There are endogenous psychoses which are somatogenic (have a biological cause), psychosomatic illnesses (that are triggered but not caused by psychological factors), reactive neuroses (arising from a psychological reaction to the effects of somatic or psychological disturbances); there are personality disorders (which possess constitutional traits), iatrogenic neuroses (caused or exacerbated by therapeutic intervention), and psychogenic neuroses (arising from psychological causes), but Frankl was alone in the 1950s in formally classifying the noögenic

neuroses – the notion that spiritual factors can play a decisive part in the origin (aetiology) of neuroses. ‘Spiritual’ refers to persons as free, responsible, and oriented toward meaning. Spiritual crises are not all pathogenic – they pertain to the human condition.

Spiritual weariness can be seen in the nihilism of the age and in its reductionism. LTEA can best be seen as integral non-reductionism, as holism in its best sense. Frankl felt that the gas chambers of Treblinka and Auschwitz and Dachau were not prepared in some Ministry in Berlin but at the desks and in the lecture halls of nihilistic scientists and philosophers who denied the freedom of the will, the will to meaning, and meaning in life – logotherapy’s three pillars and foundational principles/postulates. The correlation between a feeling of meaninglessness and a number of dysfunctional behaviours has been amply attested to and empirically demonstrated.

Examples of the spiritual or noetic include the following: crises of conscience, value conflicts, existential frustrations, and the sense of meaninglessness or despair, to name but some. In chapter ten of *A Theory and Therapy of Mental Disorders*, Frankl defines logotherapy as ‘a therapy from a spiritual perspective’ and existential analysis as a therapy that ‘targets personal spiritual existence’ (Frankl, 2004b, p. 171). Here is presupposed a conception of the person as a subject oriented, ordained toward meaning. Logos signifies the spiritual and meaning above and beyond this, but it is ‘not meant in a religious sense’ (Frankl, 2004b, p. 173). Frankl construes the human being’s motivation not primarily in terms of pleasure (Freud) or power (Adler), like the other two schools of Viennese therapy, but in terms of purpose, by the struggle for the most meaningful fulfilment of personal existence possible. Failure to fulfil meaning leads to an emptiness of the human heart, to an anxiety that is afraid ultimately of its own nothingness. The will to meaning belongs to the noetic as does the call of conscience and love which is neither reducible to eroticism or to sex. Noögenic neuroses are illnesses from the spirit not in the spirit. *The noetic can’t be neurotic*. Logotherapy is a noetic supplement to somato-psychological therapy as well as being a specific therapy in its own right recognized by the World

Health Organisation amongst others. Logotherapy does not overlook the biological or the psychological. 'It seeks only one thing, namely that after the physiological and the psychological have received attention, the noölogical is not forgotten. When a house is built and the roofer finally begins to work, no one would reproach him for not giving thought to the basement' (Frankl, 2004b, p. 186).

Life has meaning up to the very last breath; we do not know what magnificent hour may still await us. We can give meaning to our lives by doing a deed (completing a work), by appreciating the true, the good, and the beautiful, by loving someone or, when all these possibilities have been taken from us, by altering our attitude towards an unbearable and unavoidable fate such as an inoperable cancer. *Meaning is never wanting, only waiting.*

We can find fulfilment even in the face of extreme failure. Indeed, the mystery of the meaning of suffering is dimensionally superior to the meaning of both work and love. Such 'quiet heroism' distinguished Frankl's own life and countless others, from nurses to carers, from teachers to therapists. Such heroism, however, can only ever be asked of oneself, never of another. But it is such spiritual stuff and mettle that saints are made of.

So far we have been stressing the spiritual aspect of Frankl's philosophical system. Let us mention the philosophical influences on his thought and how they have impacted on his work.

Frankl and Philosophy

Frankl devotes chapter one in his *Psychotherapy and Existentialism* (1967) to 'The Philosophical Foundations of Logotherapy', making the point that logotherapy rests on three philosophical postulates: the freedom of the will, the will to meaning, and meaning in life, which we have already alluded to above, the opposites of which would be pan-determinism, reductionism, and nihilism respectively. These pillars of logotherapy together with Frankl's tri-dimensional ontology constitute and form the very core of his philosophical anthropology. 'There is no psychotherapy without a theory of man and a philosophy of life underlying it' (Frankl, 1988, p. 15). In his

autobiography, *Recollections*, he writes that aside from psychoanalysis, 'I was fascinated by philosophy' (Frankl, 2000, p. 56). He attended philosophy workshops and when he was 15 or 16 he gave a lecture on 'The Meaning of Life' and another one on 'The Psychology of Philosophical Thinking', which demonstrates his debt to Schopenhauer. This emphasis 'runs like a radiant thread through all my work, and it covers the border area that lies between psychotherapy and philosophy, and with special attention to the problems of meanings and values in psychology' (Frankl, 2000, p. 59). In a section entitled 'Encounters with Philosophers', Frankl recalls: 'Among my most cherished experiences are my discussions with Martin Heidegger when he visits us in Vienna (Frankl, 2000, p. 113). He also lists Binswanger, Jaspers, and Marcel and includes photographs with him and them. Marcel, in fact, penned the Preface for the French edition of *Man's Search for Meaning*.

Likewise, in *The Doctor and the Soul*, Frankl has written astute and accurate, penetrating analyses of the meaning of death, suffering, work and love together with his more clinical pieces and *précis* on anxiety, obsessional neurosis, melancholia, and schizophrenia. 'The psychotherapist is daily and hourly, in the regular course of his practice, and in consultation with each individual patients, confronted with philosophical questions' (Frankl, 2004a, p. 30). And: 'A philosophical question cannot be dealt with by turning the discussion towards the pathological roots from which the question stemmed... If only for the sake of philosophical fairness, we ought to fight with the same weapons' (Frankl, 2004, p. 31). A few pages later, he continues his point and resumes thus: 'By the use of logotherapy we are equipped to deal with philosophical questions within their own frame of reference, and can embark on objective discussion of the spiritual distress of human beings suffering from psychic disturbances' (Frankl, 2004, p. 35).

Frankl draws on philosophers such as Aristotle, Plato, Socrates, and Aquinas, Augustine, the Stoic and Epicurean school, on Spinoza, Pascal and Kant, on Schopenhauer, Nietzsche and Kierkegaard, on Hegel, Brentano, Max Scheler (in particular), agreeing that logotherapy, unlike Binswanger's Heideggerianism,

is the application of Scheler's philosophy to clinical practice and logotherapeutic theory (see Frankl, 2004, p. 127); he also draws on Goethe, Heidegger, Sartre, Buber, Jaspers, Marcel, and Wittgenstein. Frankl had received a doctoral degree in philosophy in 1949 for his *The Unconscious God*, though – as he tells us in *Recollections* that even though he had medical and philosophy doctorates – he normally did not mention this as his dear colleagues in Vienna would, instead of saying that Frankl is twice a doctor, say that he is half a physician!

Frankl has a sophisticated philosophy of time (see, for example, 'Time and Responsibility' in *The Feeling of Meaninglessness* (2010) as well as 'Temporality and Mortality' in *The Unheard Cry for Meaning* of 1978). He has an advanced epistemology arguing that knowledge is a perspective, but what is seen through a subjective perspective (kaleidoscope) is the objective world (telescope) – a philosophical position I would label as *perspectival realism*. Frankl's subtle critique of happiness is philosophical through and through and places him as a critical voice within mainstream Western thought. He adopts an existential-phenomenological approach without abandoning classical metaphysics. Philosophy runs through the corpus of his entire *oeuvre*.

If we turn now to the views of some commentators from secondary sources on this subject: Ann Graber devotes chapter eleven in her book *Viktor Frankl's Logotherapy* (2004) to the 'Philosophical Roots of Franklian Theories' and mentions that he was grounded in Greek classical philosophy in terms of his education. Elisabeth Lukas in her *Logotherapy Textbook* views the freedom of the will as anthropology, the will to meaning as psychotherapy, and meaning in life as philosophy (Lukas, 1998, p. 7). William Sahakian in his article 'Logotherapy's Place in Philosophy' in *Logotherapy in Action* asserts: 'Logotherapy is philosophy of religion' (Sahakian, 1979, p. 58), applicable to everyday life, being both a *Lebensanschauung* (a conception of life) and a *Lebensphilosophie* (a philosophy of life) (Sahakian, 1979, p. 53). It is, he argues, existential, vitalistic, phenomenological, and stoical: 'Frankl's attitudinal value theory is unquestionably stoical in character' (Sahakian, 1979, p. 55). I would like now to develop this Stoical character of logotherapy.

Stoicism and Logotherapy

For centuries, Stoicism was the most influential philosophy in the Graeco-Roman world. Founded by Zeno of Citium in the fourth century BC – who taught from a stoa (a painted porch or colonnade) in Athens –, it was to attract into its ranks men as diverse as Epictetus the slave, Seneca the lawyer, and Marcus Aurelius the emperor. In the context of the Ancient classical Greek tradition, philosophy was understood to be a therapy of the soul and the site of spiritual exercises, persuasively argued for and highlighted by Pierre Hadot in his *What is Ancient Philosophy?* (Hadot, 2002) and *Philosophy as a Way of Life* (Hadot, 1995).

It was Stoicism, arguably, that was the preeminent practical philosophy of the time. This older view of philosophy as *praxis*, as a care of the self or cure of the soul, may be traced back to Socrates' maieutic method (employed by Viktor Frankl) and more systematically to Plato's understanding of the nature of philosophy itself (*Therapie der Seele*). This applied interpretation was alive and well with the Stoics but ruptures in the Middle Ages and in modernity and returns in the nineteenth century with Nietzsche and Kierkegaard and in the twentieth century with various thinkers such as Frankl, Eric Voegelin, Jan Patočka, Michel Foucault, Ludwig Wittgenstein, and others who retrieve the ancient consolation. That said, there were some notable exceptions to this neglect down the centuries, most notably Michel de Montaigne and the Earl of Shaftesbury.

I want to state the case for some strong Stoic parallels to Frankl's logotherapy and existential analysis and to examine the closest of these. There is no direct, causal link between Stoicism and logotherapy but, rather, interesting points of commonality and connection, several strands that interweave and interlace between these two cognate disciplines which produce resemblances. My comments take the form of a preliminary short sketch or outline rather than offering itself as an analysis or exhaustive exegesis. There have been hints in the literature on the subject, threads to follow, sparse as they are, interestingly and curiously however, few from Frankl himself, although in his autobiography, *Recollections*,

he does refer to his father's philosophy, after which he says he takes after, as being 'stoic' (Frankl, 2000, p. 22). However, there is a reference in *Psychotherapy and Existentialism*, where Frankl critically asserts: 'The aims of both the hedonistic philosophy of the Epicureans and the quietistic philosophy of the Stoics, i.e., happiness and peace of mind (or, as the latter was called by the ancient Greeks, *ataraxia*) cannot possibly be the real aim of human behaviour, and they cannot form the a priori reason that they elude man exactly to the same degree that he strives for them' (Frankl, 1967, p. 53). Thus, for Frankl, the very intention of procuring peace of mind or tranquillity (alleged as one of the Stoic aims) is that which thwarts its attainment as it should remain a by-product or side-effect of meaningful living.

The second much more positive clue/cue comes from Gordon W. Allport who, in the Preface to Frankl's *Man's Search for Meaning*, asserts: 'In the concentration camp every circumstance conspires to make the prisoner lose his hold. All the familiar goals in life are snatched away. What alone remains is the "last of the human freedoms" – the ability to "choose one's attitude in a given set of circumstances"'. This ultimate freedom, recognized by the ancient Stoics as well as by modern existentialists, takes on vivid significance in Frankl's story' (Allport, 2004 [1959], p. 9). This is an explicit statement in relation to the Stoical strands in Frankl's logotherapy and life.

In 'Logotherapy's Place in Philosophy', William S. Sahakian, whom we cited above, similarly writes: 'Logotherapy and stoicism share a number of ideas' (Sahakian, 1979, p. 54) and points to two such ones: the existence of attitudinal values and the non-existence of purposeless evil. For the Stoics, as for Frankl, all suffering can be made meaningful.

Both logotherapy and Stoicism would argue that if a situation cannot be changed, we are challenged to change ourselves; a person has the freedom to alter his attitude to the perceived problem. This is essential to and characteristic of both schools.

Epictetus exclaimed that the essence of good and evil lies in the (attitude of) the will in his *Discourses* (Bk. II, Chapter I). Similarly, Frankl advances the notion that where we can no longer control our fate and reshape it, we must be able to accept it (Frankl, 1967). To an

extent, the sting of life lies in a state of mind, in a condition of the soul. Conditions and circumstances do not determine me; I decide them from my free (noetic) attitude. Again, we find this crucial emphasis on attitude throughout the writings of both logotherapy and Stoicism.

The role of the ‘will’ has a prominent and paramount place in both Stoic philosophy and logotherapy. Indeed, two of the three pillars on which logotherapy is constructed concern the will, viz., freedom of the will and the will to meaning. Both schools stress that the will is unconquerable – invincible and inviolate – and that a person needs to transform his circumstances or, if he cannot, alter his attitude towards them. The will ultimately rest within our power. To take an example, Socrates was resolute in the face of his own execution despite Anytus and Meletus trying to break his spirit. In logotherapy, the exercise of the will not only effects a change of attitude but is also capable of producing self-detachment/distancing, through the technique of paradoxical intention.

What is common to Stoicism and logotherapy are multiple exercises such as the review and preview of the day (in logotherapy) and the evening reflection (in Stoicism): a kind of *examen* of consciousness. The Stoic ‘View from Above’ exercise issues in and aids the capacity for logotherapeutic self-distancing and self-transcendence. Of course, Epictetus’s famous exclamation that man is disturbed not by things but by the views he takes of them is so utterly akin to Frankl’s emphasis on our attitude to things as to be almost indistinguishable. Both thinkers urge us to respond rather than to react to life’s events and vicissitudes. Epictetus opens his *Encheiridion* (*Handbook*) with the phrase: ‘Some things are up to us and some are not up to us’; this is the clinical arena or space between fate and freedom. Between stimulus and response, there is a space within which is our power to choose and act. There is a strong connection between the spiritual exercises of the ancient philosophers, particularly the Stoics, and the methods and techniques of Franklian logotherapy and existential analysis (LTEA). We may list some of them:

- Socratic dialogue;
- Modification of attitudes;

- Paradoxical Intention;
- Dereflexion;
- Existential Analysis of Dreams.

These logotherapeutical methods have always been part and parcel of ancient philosophy even if they have received different names. Logotherapy is a type of spiritual and Socratic-Stoic midwifery. As Reinhard Zaiser writes in, ‘Working on the Noetic Dimension of Man: Philosophical Practice, Logotherapy, and Existential Analysis’ (Zaiser, 2005, pp. 83–5): ‘You can find dereflexion, for example, in the meditations by the Roman emperor and stoic philosopher Marcus Aurelius’ (Zaiser, 2005, p. 84). Both systems emphasize the role of attitudinal modulation, and paradoxical intention – arguably the most famous of logotherapeutical techniques – has its precursor and parallel in the ancient paradoxical suggestion therapy.

My aim below is simply to show ten points of comparison between logotherapy and Stoicism, especially in the context of some other commentators drawing a link between Stoic philosophy and cognitive-behavioural therapy (Robertson, 2010). It points the way to further elucidation.

A Comparison between Stoicism and Logotherapy’s Fundamentals

<i>Stoics</i>	<i>Logotherapy</i>
Stoics see the world as a single community, in which all men are brothers (<i>cosmopolis</i>).	Frankl speaks of ‘monanthropism’ (universal humanity).
The universe is ruled by a supreme providence – the <i>Logos</i> /divine reason/nature/spirit.	Logos is meaning. We should pay heed to the voice of our conscience as it is the organ of meaning – it comes to us as a ‘hint from Heaven’.
Our duty is to live in accordance with the divine will; to live in line with nature’s laws, its inborn gift of reason (the divine element).	Flourishing is living in accordance with all three dimensions: <i>soma</i> (body), <i>psyche</i> (mind), and <i>noös</i> (human spirit).

<i>Stoics</i>	<i>Logotherapy</i>
We need to discipline the passions, realizing that reason is higher than instincts, inclinations, and impulses (vigilance)	The passions need to be integrated and the unconscious made conscious. <i>Noös</i> (the noetic core of resilience) transcends <i>soma</i> .
We must resign ourselves or accept what fate (<i>Fortuna</i>) may bring us.	We need to harness the ‘will to meaning’ and the ‘defiant power of the human spirit’ to deal with ‘blows of fate’ without flinching.
We must not set too high a premium on things that can be taken from us, (externals) but cultivate a cosmic consciousness and focus on inner values.	Man must orient himself to the eternal, such as the True, the Good, and the Beautiful, more than the ephemeral and put things in proper perspective (dereflection).
We are disturbed not by the things themselves but by the view we take towards them (our interpretations).	What’s important is how we respond rather than react to things (the attitude we adopt or the stance/stand we assume).
The aim is to procure peace of mind and freedom from fear. Moral goodness (virtue) is the end. Happiness is a by-product.	Happiness is a by-product of meaningful existence. To find it, we must forget about it.
The <i>summum bonum</i> (supreme good) is a combination of the four cardinal virtues: wisdom or <i>sophia</i> (moral and spiritual insight), courage (fortitude), justice (fair dealing), and temperance (self-control).	The essence of human existence is ethical and spiritual self-transcendence, as we journey from the existential vacuum to ethical values.
Philosophy is both practical and therapeutic – the site of spiritual exercises, whose aim is to form more than inform.	Logotherapy is a form of Socratic or noetic therapy and a philosophy of life, whose ultimate aim is self-transformation (attitudinal alteration) through realizing meaning potentials.

We have, thus, seen how Stoicism may be fruitfully mined by logotherapists both clinically and in terms of its conceptual riches and enhance both profound philosophies through mutual interaction and exchange in as yet unforeseen and hopefully productive ways.

Final Logotherapeutic Thoughts: Ultimate Meaning

The unconscious logos have been disclosed to us with the discovery of the spiritual unconscious in logotherapy. Freud id-ified the unconscious but the human person stands in an intentional not instinctual relation to transcendent reality even if this is on an unconscious level. In ‘Unconscious Religiousness’ in *Man’s Search for Ultimate Meaning*, Frankl writes: ‘If one calls the intentional referent of such an unconscious relation “God”, it is apt to speak of an “unconscious God”. This, however, in no way implies that God is unconscious to himself, but rather that God may be unconscious to man and that man’s relation to God may be unconscious’ (Frankl, 2000, p. 68).

Neither is this ‘unconscious God’ to be located in impersonal archetypes à la Jung, but in personal and existential regions. Religion may have positive psychotherapeutic effects on the patient, but this is not its primary intention. Religion might promote mental health, but this is not its principal aim, which is spiritual salvation. ‘Religion provides man with more than psychotherapy ever could’ (Frankl, 2000, p. 80). Man’s psyche is religious by nature (*anima naturaliter religiosa*); this has been determined by a therapy which by nature is not religiously oriented (*scientia naturaliter irreligiosa*), viz., logotherapy. Frankl opines: ‘The less psychotherapy condescends to serve theology as a handmaid, the greater will be the service it actually performs. One need not be a servant to be able to serve’ (Frankl, 2000, p. 81).

The spiritual is as powerful as the instinctual – more so: this arguably is the sovereign precept of Viktor Emil Frankl’s school of logotherapy. In the movie of man’s life, sometimes little sense can be made of it until the last sequence has been shown. Frankl asks: ‘Doesn’t the final meaning of life, too, reveal itself, if ever at

all, only at its end, on the verge of death?’ (Frankl, 2000, p. 143). Frankl formulates a law thus: *The more comprehensive the meaning, the less comprehensible it is*. Ultimate or absolute meaning is beyond comprehension. As Augustine noted: if you understand it, it is not God. Frankl’s definition of God is one that he arrived at by the age of fifteen: ‘God is the partner of our most intimate soliloquies’.

Religion is the fulfilment of the will to ultimate meaning. (This view is paralleled by Einstein’s comment: ‘To be religious is to have found an answer to the question of what is the meaning of life?’ and to Wittgenstein’s one: ‘To believe in God is to see that life has a meaning.’)

Viktor Frankl’s metaphysics of meaning can help humanity in the hour of its horror. For our lives possess spiritual significance and their ultimate secret is that love is our salvation. Does this not indirectly serve as service to the hidden God (*Deus absconditus*)? For God and love are one.

Logotherapy is not a Jewish or Catholic or Protestant therapy due to the dimensional differences between religion and therapy. Logotherapists do not sing *Te Deums* or *Gloria in Excelsis* to patients! (see Frankl, 1988, p. 143). It must appeal to theistic, agnostic, pantheistic, anatheistic, and atheistic persons. The fusion of therapy and religion leads to a confusion between theology and anthropology. Frankl hopes and wagers that his question to the why of human suffering will one day find an answer, though perhaps not in this world. Mere thinking cannot reveal our highest purpose; ‘faith in the ultimate meaning is preceded by trust in an ultimate being’ (Frankl, 1988, p. 145). There is an ontological difference between creature and Creator, in the Heideggerian sense. We write straight on straight lines (setting parallel letters perpendicular to the lines). God writes straight in crooked lines. In other words, ‘*something which seems to be impossible in a lower dimension, is perfectly possible in a higher one*’ (Frankl, 1988, p. 148). Stumbling blocks in our relation to religion and therefore to God include: anthropomorphism, authoritarianism, and rationalism. Trust in meaning is transcendental in the Kantian sense. God is not dead (as Nietzsche would have it) but silent: ‘from the infinite height no light is reflected – and from the infinite depth no sound is returned’ (Frankl, 1988, p. 154).

Viktor Frankl, psychiatrist, philosopher, Jew, Holocaust survivor, offers unconditional faith in unconditional meaning to the sad, the suffering, the sterile, the senile, the saints, and the swines. Without Frankl's and logotherapy's stress on the spiritual dimension, our clientele would be the same as those visiting veterinary surgeons.

The Russian philosopher, Semyon Frank, penned a book in 1925, *The Meaning of Life*, and in it he states that 'the sole human work consists in seeking and finding the meaning of life' (Frank, 2010 [1925], p. 25). Eternal life is the abiding ground of my entire earthly life. 'Love is an overcoming of our selfish personal life, an overcoming which gives us the blissful fullness of *true life* and thereby gives meaning to our life' (Frank, 2010, p. 32). Mind demands a metaphysical foundation in the ultimate depths of being. The search for the meaning of life is also the struggle against its meaninglessness. Only in finite time does the supratemporal, transfinite Being reveal Itself. Frank avers: 'The sole work which illuminates life with meaning and therefore has absolute meaning for man is therefore nothing else but active co-participation on the Divine-human life' (Frank, 2010, p. 97). That 'place' is the ultimate beyond of logotherapy and philosophical practise, which can but point to it.

Viktor Frankl pointed, in his time, as Plato did before him, to the spiritual foundations of life and revealed, for our time, the ultimate secret of all time: that love is salvation and joy eternity.

References

- Costello, Stephen J. *The Ethics of Happiness: An Existential Analysis*. Wyndham Hall Press, Ohio, 2010.
- Costello, Stephen J. *Philosophy and the Flow of Presence*. Cambridge Scholars Publishing, Newcastle upon Tyne, 2013.
- Frank, Semyon L. *The Meaning of Life*. Trans. Boris Jakim. William B. Edmans Publishing Company, Michigan and Cambridge, 2010 (1925).
- Frankl, Viktor. *Psychotherapy and Existentialism*. Washington Square Press, New York, 1967.

- Frankl, Viktor. *Man's Search for Ultimate Meaning*. Basic Books, New York, 2000.
- Frankl, Viktor. *The Doctor and the Soul*. Souvenir Press, Great Britain, 2004a (1952).
- Frankl, Viktor. *The Will to Meaning*. Meridian Books, New York, 1988 (1969).
- Frankl, Viktor. *On the Theory and Therapy of Mental Disorders*. Brunner-Routledge, New York and Hove, 2004b.
- Frankl, Viktor. *The Feeling of Meaninglessness*. Marquette University Press, Milwaukee, Wisconsin, 2010.
- Frankl, Viktor. *The Unconscious God*. Washington Square Press, New York, 1985 (1948).
- Frankl, Viktor. *Recollections: An Autobiography*. Basic Books, Cambridge, MA., 2000 (1995).
- Frankl, Viktor. *The Unheard Cry for Meaning: Psychotherapy and Humanism*. Simon and Schuster, New York, 1978.
- Graber, Ann. *Viktor Frankl's Logotherapy*. Wyndham Hall Press, Ohio, 2004.
- Hadot, Pierre. Hadot, Pierre. *Philosophy as a Way of Life*. Oxford, Blackwell Publishing, 1995.
- Lazarte, 2009, 'Reflections on Viktor E. Frankl's Anthropology', *Existential Psychotherapy of Meaning*, Zeig. Eds. Alexander Batthyany and Jay Levinson. Tucker and Thiesen, Arizona, 2009.
- Lukas, Elisabeth. *Logotherapy Textbook*. Verlag, Munich, 1998.
- Ratzinger, Joseph Cardinal. *Truth and Tolerance: Christian Belief and World Religions*. Ignatius Press, San Francisco, 2003.
- Sarkany, Peter. 'Outlines of Viktor Emil Frankl's Religious Philosophy'. Online.
- Sarkany, Peter. 'An Outline of the Philosophical Care of the Soul: Phenomenology, Existential-Analytic Logotherapy and Philosophical Counselling'. Online.
- Sahakian, William. 'Logotherapy's Place in Philosophy', *Logotherapy in Action*. Aronson, 1979.
- Tweedie, D. *The Christian and the Couch: An Introduction to Christian Logotherapy*. Michigan, Baker Book House, 1963.
- Voegelin, Eric. 'Conversations with Eric Voegelin at the Thomas More Institute for Adult Education in Montreal', 1967, *The Drama of Humanity and Other Miscellaneous Papers 1939–1985, The Collected Works of Eric Voegelin, vol. 33*. University of Missouri Press, Columbia and London, 2004.
- Voegelin, E. *Published Essays 1966–1985*. Baton Rouge and London, Louisiana State

University Press, 1990.

Zaiser, Reinhard. 'Working on the Noetic Dimension of Man: Philosophical Practice, Logotherapy, and Existential Analysis', *Philosophical Practice*, July, 2005: 1(2).

Sincere thanks to Prof. Franz Vesely in Vienna (Viktor Frankl's son-in-law) for reading an earlier draft of this paper.

Abstract: The paper argues the case for Viktor Frankl's logotherapy and existential analysis to be best considered as a philosophical form of practice, as a spiritual, Socratic, and Stoical system and the site of existential exercises which extends beyond the scope of traditional talking therapies into the noetic or spiritual dimension of the human person. The real meaning of logotherapy and existential analysis is adduced and some semantic misunderstandings and conceptual confusions are cleared up before situating the work of Frankl within the mainstream of contemporary Continental philosophy and philosophical practice. Philosophical practice is a generic term that includes under its aegis some of the following: Modern (Nelsonian) Socratic Dialogues (MSDs), Stoic Mindfulness, Philo Cafés, Philosophy Walks, Organizational Consulting, Philosophical Counselling, Applied Ethics, Philosophy for Children (P4C), etc. More explicitly, I situate Franklian logotherapy and existential analysis (LTEA) within a Stoical frame of reference.

Dr Stephen J. Costello is a philosopher and logotherapist/existential analyst. He is founder and director of the Viktor Frankl Institute of Ireland (www.viktorfranklireland.com) and the author of *The Irish Soul: In Dialogue, 18 Reasons Why Mothers Hate Their Babies: A Philosophy of Childhood, The Truth about Lying, The Pale Criminal: Psychoanalytic Perspectives, The Ethics of Happiness: An Existential Analysis, Hermeneutics and the Psychoanalysis of Religion, What is Friendship?: Conversations with the Great Philosophers, and Philosophy and the Flow of Presence.*

Correspondence: stephenjcostello@eircom.net

FORRÁS

Karlheinz Biller – Maria de Lourdes Stiegeler

Viktor Emil Frankl logoterápia és egzisztenciaanalízisének szótára (részletek)¹

Egzisztenciaanalízis, lásd „logoterápia” címszó alatt is²

Megjegyzés: (1.) Az egzisztenciaanalízis kifejezés először a pszichoterápiai koncepciót jelölte, amit Frankl 1926 és 1933 között alapozott meg. Már kezdetben sem az ember pszichikai ösztönkésztetéseit tartotta szem előtt, mint Freud pszichoanalízise, hanem az értékeket, amelyek megvalósítása által az ember értelmet tapasztal meg, s így juthat el önnön egzisztenciájához. [A koncepció] elméleti háttere Max Scheler filozófiai antropológiája és etikája. (2.) Az egzisztenciaanalízisnek különböző változatai vannak: (A.) Az egzisztenciaanalízis tehát leírja és kifejti (elmagyarázza) az ember ontikus egzisztenciáját. A valóságot „az emberi” szemszögéből megközelítő elemzésül szolgál. Eközben az értelemléhetőségek feltárására törekszik, s felfedi, például kényszeres megbetegedések esetén, hogy az ember maga is részese betegségének alakításának (patoplasztika). (B.) Azonban (egzisztencia)filozófiai értelemben is

1 A magyar nyelvű fordítás a következő kiadvány alapján készült: Karlheinz Biller – Maria de Lourdes Stiegeler (2008): *Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor Emil Frankl*. Böhlau Verlag, Wien–Köln–Weimar. A teljes mű előreláthatólag 2017-ben fog megjelenni magyar nyelven a következő, müncheni alapítvány támogatásával: *Logos & Ethos. Stiftung für Logotherapie und Existenzanalyse*. Fordítók: Bruncsák István és Kalocsai Varga Éva. A kiválasztott részeket szerkesztette és az eredeti szöveggel összevetette: Vik János.

2 Biller – Stiegeler (2008), 62–76.

kifejti, hogy mi valójában az egzisztencia. Ez esetben antropológiának tekinthető, hiszen lényegi kijelentéseket tesz az emberről. Így például azt a felismerést közvetíti, hogy az ember csak akkor ember, tehát csak akkor egzisztál, ha valaminek szenteli magát, ami nem ő maga (öntranszcendencia). (C.) Módszerként az egyes ember történetét az értelem és értékek szempontjából vizsgálja át. (D) Az egzisztenciaanalízis orvosi lelkigondozásba megy át, amikor a gyógyíthatatlan betegeket felelős létük tudatosításához akarja eljuttatni. Azt akarja, hogy „az ember szabadsága tudatában határozza meg önmagát” [...], s viselje e szabadság felelősségét. (E.) Frankl alkalmanként azonosította az egzisztenciaanalízist a logoterápiával, mert hiszen annak az a lényege, hogy az ember személyes léte egzisztenciaanalitikai úton feltárandó konkrét értelemre rendeltetett. [...] – (3.) Frankl egzisztenciaanalízisét Längle egzisztenciaanalitikai pszichoterápiává alakította át, amelyen belül a logoterápia csak az értelemkérdés kapcsán kap szerepet. Ez esetben akként definiálható, „mint olyan fenomenológiai, a személyen [az emberen, K. B.] alkalmazható pszichoterápia, aminek az a célja, hogy a személyt a szabad (szellemi és érzelmi) átéléshez és autentikus állásfoglaláshoz segítse hozzá, illetve ahhoz, hogy önnön felelősségének tudatában viszonyuljon a külvilághoz és törődjék magával. Egyszerűen szólva: az egzisztenciaanalitikai pszichoterápia célja: váljék az ember képessé arra, hogy belső harmóniában éljen cselekedeteivel, mondjon igent önnön létére.” [...]

Az egzisztenciaanalízis a logoterápia alapja. Azonban nem csak elmélet, s a logoterápia sem csupán gyakorlat, hanem mindkettő egyszerre elmélet és gyakorlat is. Ily módon mindkettő „kétféle elmélet és kétféle gyakorlat közötti összekapcsolódások szövevénye” [...]. Ezen összekapcsolódás-szövevény alkotja „egy metateória formális szerkezetét”, s „az egzisztenciaanalitikai és logoterápiai kutatás alapjául szolgál” [...]. Az egzisztenciaanalízis „a teljes egzisztencia (erosz, logosz, étosz) analízise” és „az egzisztenciára irányuló analízis (emberlét, a lét mint felelősség-lét)” [...]. Egyfelől antropológiai elmélet (a teljes egzisztencia feltárása), másfelől diagnosztikai praxis (mennyiben jutott el [a páciens] az emberléthez, mennyiben éli létét felelős létként). Ezért az egzisztenciaanalízis egyfelől a logoterápia elméleti, antropológiai, másfelől gyakorlati, diagnosztikai alapja. Hasonlóan a

logoterápia is egyszerre elmélet és gyakorlat. Elmélet, mert hiszen tan, s gyakorlat, mert a tan alkalmazása.

Elmélet ↓	Gyakorlat ↙ ↘	
antropológiai	diagnosztikai	terápiai
<i>mint kutatási irányzat</i>	<i>mint diagnosztikai eszköz</i>	<i>mint orvosi lelkigondozás</i>
Rávilágít a lét-valóságra (pl. felelősség-létre, szellemi tudattalanra, tudattalan vallásosságra). <i>Elemzés ontológiai értelemben</i> (a) a teljes egzisztenciát (= a létmódot, az emberlét sajátosságát az erosszal, logosszal, éthosszal) vagy (b) az emberképet, ami minden pszichoterápia alapja vagy (c) a létet, illetve (d) az emberléletet mint felelősség-létet és mint egzisztenciát (a személyes lét lényegi kiteljesedését) illetően. <i>Elemzés ontikus értelemben</i> a) a konkrét teljes személyé b) az adott ember megbetegedéséé, amikor is a metaklinikai térből a klinikai síkra vetített pszichózisban előtűnnek a személyes [vonatkozások]	Van-e kétség a lét értelmével szemben? (egzisztenciális frusztráció) Zavart-e a páciens sérthetetlen szellemisége? (pszichózis) Eljutott-e [a páciens] az emberléthez? (öntranszcendencia öneltvákolódás) Felelősség-létként éli-e [a páciens] a létét? (értelembe-teljesítés)	Mint értelemfeltárás megvilágítja, felfedi az értelem- és értéklehetőségeket, felmutatja a beteg sajátos felelősségét és feladatait, fejleszti a szenvedésképességet, fejleszti az élet állította feladat átélését (küldetés; életfeladat); mint kollektív neurozisos terápiája.

A grafikus ábrázolás szemlélteti, hogy a fenti megállapítások hogyan függenek össze egymással, s így teszi világossá az egzisztenciaanalízis és logoterápia összekapcsolódását.

Az egzisztenciaanalízis és logoterápia metateóriája

A pszichoterápia metateóriája, amely kettős értelemben is a szellemit tartja szem előtt: a szellemiből kiinduló (egzisztenciaanalízis)

és a szellemire irányuló (logoterápia): „egzisztenciaanalízis és logoterápia tulajdonképpen ugyanaz – legalábbis annyiban, hogy mindkettő ugyanazon elmélet egy-egy oldala.” [...]

Egzisztenciaanalízis (= a logoterápia alapja)

„Pszichoterápia [...] »a szellemi felől« vagy Hegellel szólva így is mondhatjuk, »az objektív szellem«, a logosz felől” [...]

Logoterápia

mint „»a szellemire irányuló« pszichoterápia [...], azaz a »szubjektív szellemre«, a személyes egzisztenciára” [...]

Elmélet	Gyakorlat
(= az egzisztenciaanalízis felismeréseinek mindenekelőtt a szenvedő emberre, a „homo patiens”-re vonatkozó tana)	(= az elmélet alkalmazása, ami a logoszból, a szellemből, az értelemről indul ki, s arra törekszik, hogy azok a konkrét személyes egzisztenciában megvalósuljanak)

• Az „egzisztenciaanalízis” kifejezés 1933 óta a „logoterápia” alternatív megnevezése.

Az „egzisztenciaanalízis” kifejezést mint a logoterápia alternatív megnevezését csak 1933-tól kezdődően használtam [Frankl]. Mindenesetre ez idő tájt már valamelyest rendszerbe foglaltam a koncepciómat. [...]

• Az „egzisztenciaanalízis” kifejezés első írásos közlése 1938-ban. [A következő forrásmegjelölések magától Frankltól származnak.] Frankl: „[Adalékok] a pszichoterápia szellemi problematikájához”, Zentralblatt für Psychotherapie, 1938. Ez az első publikáció, amelyben az egzisztenciaanalízis igénye először fogalmazódik meg egyértelműen [...], illetve ami annak lényegét is felvázolja; valamint Frankl *Egy egzisztenciaanalitikai [eljárás] alapjai* című írása, in: Schweizerische medizinische Wochenschrift, 1939. [...]

- Egzisztenciaanalízis és logoterápia ugyanazon elmélet különböző aspektusai.

Mindenekelőtt fontos, hogy elkerüljük a félreértéseket: egzisztenciaanalízis és logoterápia tulajdonképpen ugyanaz – legalább is annyiban, hogy mindkettő ugyanazon elmélet egy-egy oldala. [...]

- Az egzisztenciaanalízis eredendően orvosi lelkigondozás.

Feltárul előttünk, mondhatjuk így is, egyfajta logoterápiához vezető út, amely mint egzisztenciaanalízis is [...] lényegében mindenekelőtt *orvosi lelkigondozásként* értelmezi a feladatkörét, míg a pszichoterápia, elsősorban annak pszichoanalitikai változata, lényegében *világi gyógyás* volt. [...]

- Az egzisztenciaanalízis az egzisztencia fogalmát a korabeli filozófiától kölcsönzi.

Nos, az *egzisztenciaanalízishez*: Ebben a szóösszetételben az egzisztencia létmódot jelent, pontosabban mindenekelőtt a sajátosan emberi létezést. A lét e különös formájára korunk filozófiája éppen az „egzisztencia” szót foglalta le – mi pedig ebben az értelemben vettük át ezt a kifejezést az egzisztenciaanalízis, illetve logoterápia számára. [...]

- Az egzisztenciaanalízis mint orvosi lelkigondozás „katalitikus segítségnyújtás” lehet szenvedő emberek számára.

[A páciensek] maguk is *in extremis* és *in ultimis* küzdenek életük értelméért. Nekünk [a logoterapeutáknak, K. B.] marad azonban a feladat, hogy ebben az értelemért folytatott küzdelemben egyfajta katalitikus segítséget nyújtsunk, „orvosi lelkigondozást”, ha úgy tetszik. Azonos című könyvemben [...] találnak egy fejezetet, aminek *Utolsó segély* [*Orvosi lelkigondozás*, 285–288.] a címe. Ebben a fejezetben olvashatnak egy párbeszédet, amit egy páciensemmel folytattam, aki egy hét múlva meghalt. [...].

- Az egzisztenciaanalízis olyan kutatási irányzat, amely kész együttműködni más irányzatokkal, s kész önnön megújulására is.

Még néhány tisztázó megjegyzés: az egzisztenciaanalízis kutatási irányzat, de nem iskola. Kutatási irányzatként nyitott, mégpedig

két dimenzióban: kész együttműködni más irányzatokkal, és kész önnön megújulására is. [...]

- Az egzisztenciaanalízis, mint minden kutatási irányzat, szükségszerűen egyoldalú már csak azért is, mert bizonyos értelemben a pszichológiztikus terápia egyfajta korrekciója.

Mint minden más kutatási irányzat, így az egzisztenciaanalízis is egyoldalú: szükségszerűen egyoldalú, s ez a szükségszerűség nemcsak adott, hanem feladatként adott sajátága is. [...]

Emlékezzünk csak arra a feladatra, miszerint a pszichológiztikus pszichoterápia korrekcióját kell megteremtünk, s ha ezt szem előtt tartva hozzávesszük az [...] egyoldalúság kötelezettségét, akkor megértjük, mennyire tartanunk kell magunkat a figyelmeztetéshez, amit *Kierkegaard* adott útravalóul, s ami így hangzik: „Akinek az a feladata, hogy a korrekciót végrehajtsa, annak pontosan ismernie kell az érvényben lévő [tan] gyenge oldalait, s az ellenkezőjét kell egyoldalúan, derekas egyoldalúsággal odaállítania. A korrekció pontosan ezt jelenti, s ebbe bele kell nyugodnia annak, akinek a korrekciót végre kell hajtania.” [...]

- Csak a pszichoterápia különböző irányzatainak együttes alkalmazása vezet eredményes kezeléshez.

Nemcsak a léleknek vannak „széles térségei” – ahogy *Arthur Schnitzler* nevezte, [...], hanem K. B.] a pszichoterápiának is. Ennek megfelelően az ember ebben a széles térségben a legkülönbözőbb irányokba indulhat el – és el is kell indulnia, ha csak valamennyire is át akarja azt kutatni. S ezért van az is, hogy csak a pszichoterápián belül megjelent különböző „irányzatok” együttműködése vezethet maximális kutatási eredményekre – és optimális kezelési eredményekhez. [...]

- Az egzisztenciaanalízis fejlődését három lényeges filozófiai-antropológiai felismerés segítette elő: (1.) Az emberlét tudatos és felelős lét, (2.) a szellemi tudattalan felismerése, (3.) a tudattalan szellemiségen belül létezik egyfajta nem tudatos Istenhez kapcsolódás vagy vallásosság.

[1. *A felelősség viselése*]

[Az egzisztenciaanalízis] abból az alapvető fenomenológiai tényből indul ki, mely szerint az emberi lét tudat-lét és felelős lét, illetve a kettő szintézise vagy „hatványozódása” a felelős-lét-tudatban, a felelősség viselésének tudat-létében.

[2. *A szellemi tudattalan a tudattalan ösztönösség kiegészítése*]

Fejlődésének második szakaszában az egzisztenciaanalízis eljutott a szellemi tudattalan felismeréséhez; csakúgy, mint ahogyan a logoterápia is társította a szellemit a lelkiel – ami mindaddig a pszichoterápia kizárólagos tárgya volt –, így az egzisztenciaanalízis is megtanulta és tanította a tudattalanon belül észrevenni a szellemit is – tehát úgymond a tudattalan logoszt: az ösztön-énhez mint ösztönös tudattalanhoz új felismerésként társult a szellemi tudattalan.

[3. *Tudattalan vallásosság, a transzcendens Te*]

Nos, fejlődésének harmadik szakaszában az egzisztenciaanalízis az ember tudattalan szellemisségén belül valamiféle tudattalan vallásosságot fedezett fel – valamilyen nem tudatos Istenhez kapcsolódást, ami, úgy tűnik, benne rejlik az emberben, még ha ez a transzcendenshez való kötődés gyakran látens marad is. Miközben tehát a tudattalan szellemisség felfedezésével az ösztön-én (tudattalan) mögött fölsejlett az Én (a szellemi), a tudattalan vallásosság felismerése révén az immanens Én mögött láthatóvá vált a transzcendens Te. Következésképpen ha az Én „tudattalannak is”, illetve tudattalan „szelleminek is” bizonyult, akkor most ez a szellemi tudattalan úgy tárul fel előttünk, mint ami „transzcendens is”. [...]

- Az egzisztenciaanalízis a pszichoterápia tudattalan emberképét tudatossá akarja tenni, ami ahhoz hasonlóan zajlik, mint egy fénykép előhívásának folyamata.

Igy az egzisztenciaanalízis arra törekszik, hogy a pszichoterápia tudattalan, implicit emberképét tudatossá tegye, értelmezze, kibontsa, előhívja, nem másként, mint ahogyan a fényképet is előhívják, ami csak ezáltal tárul fel lappangó állapotából. Mert a pszichoterapeuta emberképe adott esetben olyan is lehet, hogy a páciens neurózisának egyenesen a „kezére játszik”. Ugyanis az is lehet teljességgel nihilista. [...]

- Az egzisztenciaanalízis olyan emberképből indul ki, amelyik az embert szellemi, szabad, felelős, röviden: értelemorientált lénynek tekinti.

[...] Az egzisztenciaanalízis olyan emberképet fogad el, amelyen belül helye van olyasminek, mint értelem, érték és szellem, olyan helye, mint ami a valóságban is megilleti. Más szóval mindenkor elővételezi a szellemi, szabad és felelős ember képét – aki értékek megvalósításáért és az értelem beteljesítéséért felelős: az értelemorientált ember képből [indul ki]. [...]

- Az egzisztenciaanalízis felismerése: létezik szellemi tudattalan, s benne gyökerezik a logosz.

Az egzisztenciaanalízis álláspontja szerint nemcsak tudattalan ösztönök léteznek, hanem tudattalan szellemi is; más szóval: mi nemcsak az ösztön tudattalanságát ismerjük és fogadjuk el, hanem a szellemi tudattalant is, s a logosz, amit az egzisztenciaanalízis kidolgozott terápiás módszere, a logoterápia olyannyira fáradozása célpontjának és kiindulópontjának tekint, a tudattalanban gyökerezik. Ennek alapján megítélhető, hogy a mi felfogásunk szerint értelmezett logosznak milyen kevés köze van egyfelől a rációhoz, másfelől az intellektushoz. Más szóval: mily kevésbé azonosítható a mi felfogásunkban a szellemi egyfelől a pusztán intellektuálissal, másfelől a csupán ésszerűvel. [...]

- Az egzisztenciaanalízis alkalmazási területei

A) A lét értelmében való kételkedés, egzisztenciális frusztráció és noogén neurózis esetén

A patogénné nem vált, enyhébb lefolyású egzisztenciális frusztráció esetén ugyanúgy alkalmazható az egzisztenciaanalízis, mint noogén neurózis kezelésére. Csak akkor az egzisztenciaanalízis nem neurózis terápiája, így aztán nem egyedül az orvos felségterülete. Ugyanúgy tartozik a filozófusra, mint a teológusra, a pedagógusra és a pszichológusra; nekik is ugyanúgy kell foglalkozniuk a lét értelmében való kételkedéssel, mint az orvosnak. Így tehát világos: míg a logoterápia mind specifikus, mind pedig nem specifikus terápia, és az orvosi lelkigondozás mégiscsak orvosi, az egzisztenciaanalízis

annyiban haladja meg ezeket a jellemzőket, hogy tulajdonképpen nem egyedül az orvos ügye. [...]

B) Az egzisztenciaanalízis célja pszichózisok esetén: az ember sértetlen és sérthetetlen szellemiségének felfedezése

Az egzisztenciaanalízis törekvése, hogy a pszichózisban felmutassa, segítse előtűnni a személyest. Az embert szem előtt tartva akarja átláthatóvá tenni az esetet, a kórképet egy [bizonyos] emberképre transzcendálja. A kórkép ugyanis pusztán torz képe, árnyképe a tulajdonképpeni embernek – annak pusztán a klinikai síkra vetítése, éspedig az emberlét azon dimenziójából, ami megmaradt minden neurózison és pszichózison túl. Az egzisztenciaanalízis ebbe a metaklinikai térbe hatol be, s itt kutatja fel a neurotikus és pszichotikus megbetegedés megnyilvánulásait és szimptomáit.

S ebben a térben sértetlen és sérthetetlen emberségre bukkan. [...]

- Az egzisztenciaanalízis három (és a logoterápia két) alkalmazási területe

Az egzisztenciaanalízis és logoterápia öt aspektusa a következő:

1. Egzisztenciaanalízis mint a személyes egzisztencia értelmezése
2. Egzisztenciaanalízis mint kollektív neurózisok terápiája
3. Egzisztenciaanalízis mint orvosi lelkigondozás
4. A logoterápia mint a noogén neurózisok specifikus terápiája
5. A logoterápia mint nem specifikus terápia. [...]

- Az egzisztenciaanalízis mint a személyes egzisztencia értelmezése

A) Az egzisztenciaanalízis ontikus értelemben vett elemzés: az ontikus, személyes egzisztencia értelmezése (kifejtése, magyarázata, taglalása), ami magából kiindulva értelmezi (magyarázza) önmagát; [Az egzisztenciaanalízis] az adott elemzése, tehát a konkrét személy egzisztenciáját középpontba állító elemzés

Az egzisztenciaanalízis az ember egészét elemzi, annak nemcsak pszichofizikai-organisztikus, hanem szellemi-személyes [dimenzióit] is. Az egzisztenciaanalízis ezt a szellemi egészen a tudattalan mélységekig követi. Ebben az értelemben [az egzisztenciaanalízist] is joggal nevezhetjük mélylélektannak. Hacsak nem tekintjük a szellemi az emberben – szemben pszichofizikai jellemzőivel

– magasabb dimenzionalitásúnak. Mert ez esetben el kell ismer-nünk, hogy az egzisztenciaanalízis ellentettje az úgynevezett – ma-gát így nevező – mélylélektannak. [...]

Mindemellett az egzisztenciaanalízis valójában nem az egziszten-cia elemzése, hiszen az egzisztencia elemzése éppoly kevésbé léte-zik, mint az egzisztencia szintézise. Az egzisztenciaanalízis sokkal inkább a létezés kibontakoztatása. Azt azonban nem szabad figyel-men kívül hagynunk, hogy az egzisztencia, a személy önmagát is kibontja: kibontakozik, feltárulkozik, és pedig azáltal, ahogyan az élete lezajlik. Mint ahogyan az összetekert szőnyeg összetéveszt-hetetlen mintái feltárulnak előttünk, ha kiterítjük a szőnyeget, úgy olvasható le életrajzából, formálódásából a személy lényege. [...]

B) Az egzisztenciaanalízis ontológiai értelemben vett elemzés: a személyes lét lényegének elemzése (a személyes lét lényegének kibontása), röviden: annak az emberképnek az elemzése, ami minden pszichoterápia alapja

(a) Azonban egzisztenciaanalízisen nemcsak az ontikus egzisz-tencia elemzését értjük, hanem annak ontológiai értelmezését is, hogy mi az egzisztencia. Ebben az értelemben az egzisztenciaana-lízis egy pszichoterápiai antropológia kidolgozására tett kísérlet, olyan antropológiáé, ami nemcsak a logoterápia, hanem bármi-féle pszichoterápia alapjául szolgálhat; hiszen ha hihetünk F. W. Foersternek, akkor az egzisztenciaanalízis „nem csupán a pszicho-terápia egyfajta kiegészítése, nem, hanem annak nélkülözhetetlen szellemi megalapozása.” [...]

(b) Az egzisztenciaanalízis célja azonban nemcsak a konkrét személy analízise, tehát nemcsak ontikus, hanem ontológiai ér-telemben vett analízis is, olyan elemzés, amelyik a perszonális lét lényegének a feltárása; ennek során eltekintünk a személy afféle kibontakozásától, ahogyan azt az életrajzok tükrözik. [...]

C) Az egzisztenciaanalízis az ember és az emberlét értelmezése, s válaszul szolgál az értelem kérdésére

S valóban, az egzisztenciaanalízis mint az ember s az emberlét értelmezése arra törekszik, hogy választ találjon a lét értelmét fir-tató kérdésre [...]

- Az egzisztenciaanalízis mint orvosi lelkigondozás

A) Az egzisztenciaanalízis mint a „felelős lét analízise”

[...] az egzisztenciaanalízis sokra tartja a felelősségérzet erényét, hiszen az emberi léte felelős létnek tekinti, magát pedig e „felelőségre irányuló elemzéseként” értelmezi; mert abban az időben, amikor az egzisztenciaanalízis fogalmát megalkottuk [Frankl, K. B.], illetve az egzisztenciaanalízis szükségességének igényét megfogalmaztuk [1938; K. B.], a felelős lét – amit az emberi lét középpontjába állítottunk – megnevezésére az a kifejezés kínálkozott, amit a korabeli filozófia bocsátott rendelkezésre az ember kitüntetett létmódját illetően: s ez az „egzisztencia” szó volt. [...]

B) Az egzisztenciaanalízis az emberi lét elemzése a felelős lét középpontba állításával

(a) Mert mi más lenne az egzisztenciaanalízis, mint az emberi lét felelős lét voltát középpontba állító elemzés? [...]

(b) Az egzisztenciaanalízis feladata, hogy az embert eljuttassa felelős létének tudatosításához. [...]

C) Az egzisztenciaanalízis meg tudja válaszolni az emberi lét értelmét firtató kérdést: felelős lét

Hogy röviden felvázoljuk, milyen úton közelíti meg [az egzisztenciaanalízis] ezt a célt, idézzük fel ezen út legfontosabb állomásait. Először is az élet értelmét firtató kérdés dialektikus fordulatot vesz az egzisztenciaanalízisen belül: rávilágít arra, hogy nem az ember az, akinek a kérdést fel kell tennie, hanem paradox módon maga az élet állítja kérdések elé az embert. Aztán felmutatja, hogy az élet állította kérdéseket csak úgy válaszolhatjuk meg, ha viseljük a felelősséget életünkért. A kérdésre csak aktívan válaszolhatunk. Mi több: a válasz csak konkrét lehet, csak azáltal születhet meg, ha felelősséget viselünk életünkért, létünkért – létünkért itt és most. Ez a létefelelőség – a maga legmesszemenőbb konkrétságában és az én személyemmel, s a mindenkori szituációval szembeni kézzelfoghatóan konkrét viszonyulásában – ez a létefelelőség teszi ki a lét értelmét: az emberi lét értelme a felelős lét. [...]

- Az egzisztenciaanalízis (mint orvosi lelkigondozás) pszichoterápiai módszerként is alkalmazható, amennyiben a felelős léte, tehát a szellemi egzisztenciát tudatosá teszi.

A) Ha az egzisztenciaanalízis pszichoterápiai módszerként akar hatást kifejteni, mindenekelőtt a neurotikus létmódokat veszi szemügyre, amelyeket „elesett [állapotnak]” tekint: [a beteg] neurózis áldozatává vált. Ez esetben azt tekinti végső céljának, hogy az emberben (ezúttal különösen a neurotikus emberben) tudatosítsa felelős létét, vagy [más szóval] hogy eljuttassa annak felismerésére: tudat-létének tartozik a léttel szembeni felelősséggel. [...]

B) [...] E szerint az egzisztenciaanalízis valami látszólag teljesen hasonlóra törekedne, mint a pszichoanalízis? Ez nem egészen így van, hiszen a pszichoanalízis az ösztönöst tudatosítja, azt emeli a tudat szintjére – az egzisztenciaanalízisben azonban valami egészen más, nem az ösztönös, hanem a szellemi tudatosodik. Hiszen a felelős lét, illetve a felelősség viselése a szellemi s nem pusztán ösztönös emberi lét alapja; hiszen az egzisztenciaanalízisben az emberi létről éppen nem mint [ösztönök által] űzőtről van szó, hanem felelős létről, vagyis – szellemi! – egzisztenciáról. [...]

- Az egzisztenciaanalízisnek (mint orvosi lelkigondozásnak) azt kell elérnie, hogy az ember felismerje az élet feladatjellege és értelme közötti összefüggést.

E szerint tehát az egzisztenciaanalízisben általában az a fontos, hogy hozzásegítse az embert mindenkori feladata teljesítése felelősségének átéléséhez. Minél inkább felfogja az élet feladatjellegét, annál értelmesebbnek fogja látni az életét. Míg a felelőssége tudatára el nem jutott ember az életet pusztán adottságnak tekinti, az egzisztenciaanalízis megtanítja az életet feladottként látni. [...]

- Az egzisztenciaanalízis (mint orvosi lelkigondozás) célja, hogy szenvedésképpessé tegye az embert, hogy méltó legyen a szenvedésre.

Eszerint előállhat az az eset, hogy az *egzisztenciaanalízisnek szenvedésképpessé* kell tennie az embert – míg például a *pszichoanalízis* csak élvezet- vagy *teljesítő-képpessé* akarja tenni. Vannak ugyanis olyan helyzetek, amikor az ember az igazi szenvedésben, s csak abban teljesítheti ki önmagát. S „valaminek a lehetőségét”, amit az életünk jelent, az igazi szenvedés lehetőségének esetében, tehát

a beállítódási értékek megvalósítása lehetőségének esetében is el lehet mulasztani. Most értjük meg, miért mondhatta *Dosztojevszkij*, hogy csak egy valamitől fél: attól, hogy méltatlan lesz a szenvedésére. S így értjük meg azt is, micsoda teljesítmény a betegek szenvedése, amikor ezért küzdenek – azért, hogy méltók legyenek a szenvedésükre. [...]

- Az egzisztenciaanalízis (mint orvosi lelkigondozás) minden orvos feladata, nem csak a pszichoterapeutáé.

Az egzisztenciaanalízisnek bátor, forradalmi és eretnek lépést kell tennie; nemcsak az ember teljesítő- és élvezetképességét kell célul kitűznie, hanem azon túlmenően a szenvedésképességben is eredendően lehetséges és valóban szükséges feladatot kell látnia. Így válik [az egzisztenciaanalízis] *minden* orvos ügyévé [...]. [...]

- Az egzisztenciaanalízis lépésről lépésre jut el a felelős lét felismerésére (1.) Az életnek feltett kérdés megfordításából az élet feladatjellege következett, (2.) az emberi lét válaszkaraktere, (3.) megválaszolás cselekedet által, (4.) a tettel szembeni felelősség vállalása, (5.) a felelősséget itt és most kell viselni.

Ha röviden át akarnánk tekinteni azt az utat, amelyen az egzisztenciaanalízis eljutott a felelős léthez mint az emberi lét alapvető, lényegi jellemzőjéhez, akkor a következőkből kellene kiindulnunk: (1.) abból, hogy meg kell fordítanunk a lét értelmét firtató kérdés irányát: arra törekedtünk, hogy felmutassuk az élet feladatjellegét, s vele együtt a lét válaszkarakterét: nem az ember az – így magyaráztuk –, akinek fel kell tennie az élet értelmére irányuló kérdést, (2.) ez sokkal inkább fordítva van – az ember a megkérdezett, ő az, akinek válaszolnia kell, neki kell megválaszolnia azokat a mindenkori kérdéseket, amelyekkel az élet szembesíti; (3.) ám ez a válasz mindig tettekben [megnyilvánuló] válasz kell hogy legyen: az „életkérdések” igazán csak cselekedettel válaszolhatók meg – (4.) válaszunk a mindenkori létünkkel szembeni felelősségünk. Igen, létünk egyáltalán csak akkor a „miénk”, ha az felelősséggel viselt lét.

A léttel szembeni felelősségünk nemcsak tettekben megnyilvánuló, hanem (5.) „itt és most”-ra vonatkozó – csak konkrét lehet:

az adott konkrét személy mindenkori konkrét szituációjára adott válasz. Így számunkra a létfelelősség mindig „ad personam” és „ad situationem” felelősség. [...].

- Az egzisztenciaanalízis a Dasein-analízissel szemben nemcsak létvalóságokat tár fel, hanem értelem- és értéklehetőségeket is, ezáltal válik terápiává, tudniillik logo-terápiává. Ez az oka annak, hogy az egzisztenciaanalízis és a logoterápia alkalmanként azonosítódnak.

A) [Az] egzisztenciaanalízis túl[merészkedik] minden létfeltáráson, behatol az értelemfeltárásba, úgy, hogy a létvalóságok megvilágításáról [Binswanger Dasein-analízise révén, K. B.] a hangsúly az értelemlehetőségek feltárási irányába tevődik át. Minden bizonnyal ez az oka annak, hogy az egzisztenciaanalízis túlmutat minden egyéb elemzésen, s terápiává lesz, éppen logo-terápiává [...]. [...]

B) Egzisztenciaanalízisnek azt a pszichoterápiai kezelési módot nevezem, ami abban akar segíteni, hogy [a páciens] felfedezze léte értelemmozzanatait, felkutassa értéklehetőségeit. [...]

C) Az egzisztenciaanalízis [...] az ember értelméért folytatott küzdelmét kíséri figyelemmel – és nemcsak a szenvedés értelméért, hanem éppenséggel az élet, az egzisztencia értelméért vívott harcát. [...]

- Az egzisztenciaanalízis (mint logo-terápia) értelemfelkutatás – a szenvedés értelméé is –, és egzisztenciális frusztráció esetén életmentő lehet.

Az állítás, hogy az értelem akarásának frusztrálódása, hogy az egzisztenciális frusztráció önmagában, mint olyan, s mint enyhébb [lefolyású], nem betegség, nem jelenti azt, hogy ne lehetne életveszélyes; hiszen öngyilkossághoz vezethet, éppen nem neurotikus öngyilkossághoz. Ebből következik, hogy az egzisztenciaanalízisnek, még ha ilyen esetekben kevésbé nevezhető is a szó eredeti értelmében vett gyógyításnak, életmentő szerepe lehet. S ez minduntalan megmutatkozik – komollyá vált, úgynevezett határhelyzetekben (hadifogság,

koncentrációs tábor vagy hasonló) –, amikor az élet akarására, a továbbélésre, az ilyen szituációk túlélésére kell bízni [...].

Ebben az értelemben az egzisztenciaanalízis értelemfelkutatás. Miközben a felkutatandó értelem mindig konkrét [...] [...]; mert csak az ilyen konkrét, személyes értelemnek van terápiai jelentősége. [...] [Ez a konkrét és személyes értelem a válasz a „miért” kérdésre, amit oly sok ember feltesz az életben. Frankl Friedrich Nietzsche gyakran idézett mondására hivatkozik: „Akinek van miért élnie, az majdnem minden hogyan elvisel”. Nietzsche e szavait „a pszichoterápia jelszavának” tekinti [...].] Az egzisztenciaanalízisnek ebben az értelemben kell az embert léte olyan határhelyzeteiben, amelyek elviselhetőbbé nem tehetők, szenvedésképebbé tennie, ekkor kell az értelem akarásához folyamodnia. Ezekben az esetekben az egzisztenciaanalízis értelemfelkutatás. [...]

- Az egzisztenciaanalízis pszichoterápiái hasznának alátámasztása

Semmi sem lendíti az embert annyira túl önmagán, semmi sem aktivizálja annyira, semmi sem segíti jobban hozzá az akadályok és nehézségek leküzdéséhez, mint személyes felelősségének tudata, annak a küldetésnek az átélése, ami csak rá vár. S ebben rejlik a lét olyan elemzésének összehasonlíthatatlan és kimagasló pszichoterápiái értéke, amely a létet felelős létnek tekinti, amely az emberlét lényegi vonását, a felelősséget állítja a középpontba. [...] szögezzük le [...], hogy az etika bevonása a pszichoterápiába, a beteg sajátos felelősségének és feladatainak a felmutatása a pszichoterápia érdekében is szükséges [...]. [...]

- A pszichoterápia szükségszerűen egzisztenciaanalízissé válik, mégpedig kettős értelemben: a teljes egzisztencia elemzése és az egzisztenciára irányuló elemzés.

S ha eddig arra törekedtünk, hogy a pszichikai dimenzió keresztül behatoljunk a szellemibe, tehát hogy az emberi egzisztencia egészét bevonjuk a pszichoterápiába, akkor most még egy utolsó követelménynek is eleget kell tennünk: az emberi egzisztencia esszenciáját – felelős létét, azt, hogy küldetéssel bír – kell a pszichoterápia középpontjába állítani. Így nézve a pszichoterápia valójában egzisztenciaanalízis, és pedig kettős értelemben: a teljes

egzisztencia (erosz, logosz, étosz) analízise és az egzisztenciára irányuló elemzés (emberlét, a lét mint felelős lét). Úgy véljük, a kor követelménye [1939] a pszichoterápia effajta kitérítése világnézeti irányba, illetve behatolása a szellemibe. [...]

- Az egzisztenciaanalízis az egzisztenciára, a szubjektív szellemre, a szellemre irányuló pszichoterápia

Így teljes joggal fáradoztunk azon, hogy a pszichoanalízissel, egyáltalán a pszichológusztikus pszichoterápiával, amely a szellemit figyelmen kívül hagyja, olyan pszichoterápiát állítsunk szembe, ami éppen a szellemre figyel. A szellemihez igazodik, mégpedig kettős értelemben: annyiban ugyanis, hogy egyfelől „a szellemiből kiinduló” pszichoterápia akar lenni, vagy, ha úgy tetszik, Hegellel szólva az „objektív szellemből”, a logoszból kiinduló pszichoterápia, másfelől a szellemre, azaz a „szubjektív szellemre”, az egzisztenciára irányuló pszichoterápia. Egyik esetben az efféle pszichoterápia akként jelenik meg, mint amit logoterápiának neveztünk – másik esetben pedig egzisztenciaanalízisként. [...]

- Az egzisztenciaanalízis központi tétele: csak a lehetőségek mulandóak

Nos, a minden létező valóságos mulandósága kapcsán az egzisztenciaanalízis a következő kijelentést teszi: tulajdonképpen csak a lehetőségek mulandóak, csak az értékek megvalósításának esélyei, az alkotás, átélés vagy a szenvedés alkalmi (tudniillik a valóban megváltoztathatatlan, igazán sorsszerű, igaz és őszinte szenvedés): amint azonban ezeket a lehetőségeket megvalósítottuk, többé már nem „mulandóak”, sokkal inkább „megtörténtenek”, azaz éppen elmúlt-létükben „vannak”. [...]

Logoterápia, lásd „magas-lélektan” címszó alatt is³

Megjegyzés: (1.) *Definíció.* – A logoterápia „a neurózisok olyan pszichoterápiái kezelését jelenti, amely módszerei körébe a szellemit is bevonja, s amely a beteget elvezeti önmagához, illetve önmagára,

³ Biller – Stiegeler (2008), 192–207.

önnön személyes egzisztenciájára irányítja” [...]. Olyan értelemközpontú pszichoterápiái kezelési mód, amely erősíti a páciens identitását és hovatartozás-érzését, illetve tudatosítja benne a lét értelmességét. (Noogén) neurózisok esetén speciálisan alkalmazható módszerei a) a paradox intenció, b) a dereflexió és c) a beállítódási moduláció, amelyek során a páciens arra szólítják fel, hogy tegye azt, ami rendszerint heves félelmi reakciót vált ki benne, hogy távolodjon el attól a problémától, ami körül a gondolatai szakadatlanul keringenek, s hogy egy egészségesebb beállítódásra tegyen szert. A kezelés célja mindenekelőtt az, hogy a páciens képessé váljék saját tartalmáinak mozgósítására és arra, hogy elszigetelt jelenségeket, pl. megbetegedést, sorscapásokat, veszteségeket olyan összefüggésbe tudjon helyezni, hogy azok a koherencia érzését váltsák ki benne.

– (2.) *Keletkezése és fejlődése.* – Frankl a logoterápia fogalmát először 1926-ban használja; saját pszichoterápiái módszerét nevezi így. Filozófiai antropológiára, mindenekelőtt Max Scheler emberképére alapozva Frankl az orvostudomány, azon belül a pszichoterápia „rehumanizálására” törekszik. Kiemeli a szellemi dimenziót, ami egyedül az ember sajátossága. Ezért koncepciója felfogható úgy, mint Sigmund Freud és Alfred Adler pszichoterápiájának kiegészítése. Így az ember többé már nem az a lény, akit csupán ösztönei uralnak (az élvezet akarása), vagy aki érvényesülésre törekszik (a hatalom akarása), hanem értelmet kereső lény (az értelem akarása). Mint (szellemi) személy nem pszichodinamikája (Freud) és nem tanulási képessége (Adler) által determinált, hanem őt a szabadság, a felelősség és a vele született „értelem akarása” jellemzi. Az értelem akarása az ember elsődleges motivációs hajtóereje. Az élvezet és a hatalom akarása csak akkor kerekedik felül, ha akadályozva érzi magát az értelem akarásában. A logoterápia értelemközpontú pszichoterápia, ami abban is megmutatkozik, hogy a szellemi dimenziót a fizikai és lelki dimenzió fölé helyezi. (3.) *Szándék.* – Frankl pszichoterápia-koncepcióját a mélylélektan kiegészítésének tekinti. Ez utóbbit redukcionista tendenciák jellemzik, ezért nem egyeztethető össze az emberrel. Frankl a negyvenes évek végén mindenekelőtt az orvosokat akarta egy antropológiailag megalapozott gyógyítás irányába terelni (orvosi lelkigondozás), és kazuisztikában bővelkedő képzést akart felkínálni. Ebben az összefüggésben

mutatta fel különösen a paradox intenció hatásosságát szorongásos megbetegedések, a dereflexióét szexuális zavarok esetében, illetve a „szókratészi beszélgetésirányítást” a beállítódás megváltoztatása érdekében, pl. „az utolsó segély” [...] kapcsán. A logoterápia az ember felelősségre alapozott önmeghatározását tűzi ki céljául, aminek háttérében az értelem és értékek világa, a „logosz” és az „étosz” áll. [...] [Megjegyzés: Ezzel szemben az egzisztenciaanalízis célja a „szabadságra alapozott önmeghatározás” [...] – (4.) *Alkalmazhatóság.* – A logoterápia négy javallott alkalmazási területe: (A) noogén neurózisok esetén (= neurotikus jelenségek, amelyeket valamilyen szellemi probléma, pl. értelemhiány vagy lelkiismereti konfliktus okoz); (B) gyógyíthatatlan betegségek és veszteségek átélésénél mint támogató terápia (= orvosi lelkigondozás); (C) kollektív neurózisok esetén, amelyek pszichohigiéniai szempontból jelentenek veszélyt az ember számára, s amelyek a felelősség előli menekülésre vagy a szabadságtól való félelemre vezethetők vissza; (D) pszichogén neurózisok esetében a logoterápia értelemfelfogása a megbetegedés új értelmezéséhez járulhat hozzá: „Mivel a szorongásos neurózis egzisztenciaanalízise a neurózist végső soron az egzisztencia egyfajta módjának, a lét emberi állásfoglalásból és szellemi döntésekből következő egyfajta változatának tekinti, ezzel egyszersmind meg is indokolja a logoterápia mint adekvát és specifikus terápia alkalmazásának szükségességét.” [...] – (5.) *Besorolás.* – A logoterápiát nem lehet a humanisztikus eljárások közé sorolni, mert nem az ember önaktualizáló tendenciájából, hanem „külső aktualizációból”, azaz az értelem- és értéklehetőségekből indul ki. Azonkívül az értelem kiküzdése során mind az érvek bevetése, mind pedig a feltáró munka a (szellemi) tudattalan síkján zajlik. Ezért a logoterápia és egzisztenciaanalízis leginkább egy önálló csoporthoz, az „értelmezőközpontú-egzisztenciális pszichoterápiához” sorolható. – (6.) *A továbbfejlődés aspektusai.* – (A) A logoterápia egzisztenciaanalitikai pszichoterápiává fejlődött, aminek hatásköre pszichés zavarokra és szellemi eredetű problémákra terjed ki. Eközben a logoterápia már csak a tanácsadás és a segítő támogatás egy olyan konstruktív formájának tekinthető, ami az ember értelemre törekvésében gyökerezik. – (B) Alfred Längle annyiban tette differenciáltabbá Frankl motivációtanát, amennyiben az értelem

akarását négy személyes-egzisztenciális alapmotivációval egészítette ki. Ily módon [a logoterápia koncepciójába] a pszichodinamika elve is bevonható. – (C) A logoterápia nyilvánvaló módszertani hiányosságait olyan tanulmányok enyhítik, mint Uwe Böschmeyer az értelemorientált imaginációról és az enneagramról, illetve Elisabeth Lukas családterápiáról és a beállítódási modulációról [...] szóló írásai. – (D) A logoterápia már Frankl életében kiterjedt a pedagógia, a felnőttképzés, a lelkigondozás és a szociális munka területeire is. – (E) A logoterápiáról, illetve a logoterápia és a vallás kapcsolatáról történeti áttekintés, szisztematikus és kritikus szemléletű elemzés olvasható. [...]

- Első bemutatás 1938.

1938-ban jelent meg [...] az első tanulmány, amelyben a logoterápiát ezzel az elnevezéssel bemutattam. [Frankl, K. B.] Ez az a rendszer, amit manapság az amerikai tankönyvekben „a pszichoterápia harmadik bécsi irányzataként” emlegetnek. [...]

- Frankl epizodikus körülírása a logoterápiáról: a páciensnek ülvé kell meghallgatnia olyan dolgokat, amelyek kellemetlenek is lehetnek.

Önök joggal várják el tőlem, hogy én most elmondjam, mi tulajdonképpen a logoterápia, de ha valaki fél évszázadot töltött azzal, hogy erről publikáljon – hogyan referáljon róla fél óra alatt? Természetesen mindent el lehet mondani kevés szóval is, de én erre már sokszor ráfizettem. Egyszer ugyanis egy amerikai orvos odajött hozzám és megkérdezte: – Tehát ön pszichoanalitikus? Mire én azt feleltem: – Nem kifejezetten pszichoanalitikus – mondjuk inkább: pszichoterapeuta. – És hogy hívják azt a pszichoterápiát, amelyet ön képvisel? – akarta még tudni. Logoterápiának – válaszoltam. – És meg tudja ön fogalmazni egy mondatban, hogy mi a különbség a logoterápia és a pszichoanalízis között? Természetesen – feleltem –, de akkor önnek előbb meg kell fogalmaznia egy mondatban, mi a pszichoanalízis! Erre ezt mondta: A pszichoanalízisben a páciensnek le kell feküdnie, és olyan dolgokat kell elmondania, amelyeket néha kellemetlen elmondani. Mire én azonnal feleltem: Nézze, a

logoterápia során ülve maradhat a páciens, és olyan dolgokat kell végighallgatnia, amelyeket néha kellemetlen *hallani*. [...]

- A logoterápia összehasonlítása a létanalízissel.

S valóban, a logoterápia – összehasonlítva például a létanalízissel – *több, mint* pusztán elemzés, éspedig annyiban, hogy mint ahogyan a „logoterápia” elnevezés is mutatja, elsősorban *terápia* akar lenni. Ezen túlmenően a logoterápia nem annyira a *létet*, mint inkább az *értelmet*, a *logoszt* tartja szem előtt. Így aztán ezen a rendszeren belül az is különös hangsúlyt kap, amit a logoterápiában „az *értelem akarásának*” nevezünk. [...]

- A logoterápia hozzájárul a pszichoterápia emberibbé tételéhez.

A logoterápia nem pótolja a pszichoterápiát, ám nagymértékben hozzájárul ahhoz, hogy a pszichoterápia újból emberibbé váljon. [...]

- A logoterápia olyan értelemközpontú pszichoterápia, amely az ember alapvető értelemorientáltságából indul ki.

Humanisszimusznak, ha szabad így mondanom, a logoterápia az ember öntranszcendenciáját, különösen annak motivációelméleti aspektusát tartja, vagyis azt, hogy az ember alapvetően *értelemre* irányul. Ezért tartja magát a logoterápia *ex definitione*, hogy ne mondjuk, „*ex nomine*” értelemközpontú pszichoterápiának. Ez a vállalkozása „a mai időkben” annál is inkább aktuális, mert a jelen társadalmi körülmények között „egzisztenciális vákuum” fenyeget, ahogyan mi, logoterapeuták nevezünk – az *értelem kiüresedése*, amin csak egy *értelem-tan* segítségével lehet úrrá lenni, ami az általunk kifejlesztett *logo-teória* [...] formájában már hozzáférhető. [...]

- A logoterápiának az átfogó értelembe vetett hitet is magába kell foglalnia.

A pszichoterápiának tehát a kinyilatkoztatáson alapuló hit *innen-ső* oldalán kell mozognia, s anélkül kell megválaszolnia az *értelem* kérdését, hogy felölelné egyfelől a *teista*, másfelől az *ateista* világnézetet. Ha ily módon a hit *jelenségét* nem *Istenbe*, hanem egy

átfogó értelemben vetett hitként fogja fel, akkor nem kifogásolható, ha a hit kérdésével is foglalkozik. Akkor éppen Albert Einsteinnal van egy véleményen, aki szerint vallásosnak lenni annyi, mint rákérdezni az élet értelmére. [...]

- A logoterápia (a) a „szellemiből kiinduló pszichoterápia”, és túl akarja haladni a pszichoterápia pszichologizmusát; (b) (egzisztenciaanalízisként) „a szellemire irányuló” pszichoterápia.

A) Mint ahogyan a filozófiatörténeten belül is meghaladottá vált a pszichologizmus, ugyanúgy a pszichoterápiának is meg kell azt haladnia valaminek a révén, amit mi logoterápiának neveznénk. Egy ilyen logoterápiának az lenne a feladata, amit a „szellemiből kiinduló pszichoterápiaként” mutattunk be; az a feladat tudniillik, hogy a szűkebb értelemben vett pszichoterápiát kiegészítse, és kitöltse azt az ürességet, amit először elméletben próbáltunk meg vezetni, hogy aztán később a lélekgyógyászati gyakorlat alapján igazoljuk azt. Módszerei egyedül a logoterápiát legitimálják arra, hogy a lelkileg szenvedő ember szellemi ínségéről tárgyilagos vitát folytasson anélkül, hogy nem megfelelő, pszichologisztikus kritikába csapna át. [...]

B) Eszerint azt az igényt, hogy a gyógyítás meg kell feleljen az ember szellemiségének is, csak egy „szellemiből kiinduló pszichoterápia” elégítheti ki – az, amiként én a logoterápiát definiáltam –, illetve egy „szellemire irányuló pszichoterápia – amiként az egzisztenciaanalízis határozható meg. [...]

- A logoterápia a kiváltó okokat leküzdő (kauzális) terápia, mert elhatol a szenvedés legvégső okáig, az állást foglaló személyhez fordul.

Sokan azzal fognak érvelni, épp itt mutatkozik meg igazán, hogy a logoterápia csupán szimptomatikus vagy palliatív terápia, de nem kauzális. Csakhogy ennek épp az ellenkezője igaz. Gondoljunk csak arra, amit már többször hangsúlyoztunk: *a pszichofizikai és vitális adottságok mellett a társadalmi környezet az, amelyek együttesen határozzák meg az ember természetes helyzetét*, végső soron mégsem ez a döntő. Végül mégis a szellemi személy a döntő – a természet adta hajlamhoz való *személyes beállítódás*. Ahol azonban személyes beállítódásról

beszélhetünk, ott mindenkor lehetséges *egzisztenciális átállítódás* is. A logoterápia lényegében ezen munkálkodik. Ezért a szenvedésnek nem az első okait kutatja, hanem annak legvégső okát. A szenvedés tulajdonképpeni okával foglalkozik; nem a feltételekkel, amelyek nem tulajdonképpeni okok, hanem a „conditiones” helyett a valódi „causá”-val. Az igazi „causa” pedig mindig a beteg minden (belső és külső) „conditiones”-szel szembeni valamilyen álláspontot kialakító személyében rejlik – a logoterápia erre apellál, ehhez folya-modik mint legfelsőbb fórumhoz, amelyé az utolsó, a döntő szó. Így mutatkozik meg, hogy bizonyos értelemben épp a logoterápia „a” kauzális terápia – tudniillik az a terápia, amely csakis a végső és igazi „causát” vonja be hatáskörébe. [...]

- A logoterápia apellatív pszichoterápia: figyelmeztetően (felszólítóan) fordul az értelem akarásához, előhívja vagy felébreszti azt, és képessé tesz konkrét értelemlehetőségeket, illetve értékek érzékelésére.

Így érthető, hogy a logoterápia az értelem akarására apellál, eny-yiben joggal nevezhető apellatív pszichoterápiának. De nem csak felszólítással fordul az értelem akarásához: ha az tudattalan, netán elfojtott, előbb felszínre kell hozni. Ha pedig a tárgya felől közelítjük meg a logoterápiát, akkor annak újból és újból meg kell kísé-relnie – noogén neurózisok esetén, amennyiben azok kiváltó oka az értelem akarásának frusztrációja, azaz egzisztenciális frusztráció –, hogy feltárja a személyes értelemkiteljesítés konkrét lehetőségeit – azokat a lehetőségeket, amelyek megvalósítása a maga személyes kizárólagosságában csak a páciens-től várható el, csak általa teljesíthető be; s hogy olyan értékeket tárjon fel, amelyek megvalósí-tása a korábban frusztrált értelemakarást újra képes tartalommal megtölteni, s ezért alkalmasak arra, hogy az ember értelmes léttel szembeni igényét kielégítsék. [...]

- A logoterápia vezérmotívumai: (a) a pszichoterápia és filozófia határterületének feltárása, (b) kapcsolatteremtés szellem és értelem között.

A) Annak a határterületnek a feltárása, ami a pszichoterápia és a filozófia között helyezkedik el – különös tekintettel a pszichoterápia

értelem- és értékproblematikájára –, az a vezérmotívum, ami ott húzódik minden munkám mögött. [...]

B) A logoterápia vezérmotívuma úgy hangzik, mint egy fúga: a fiziológiai síkra kivetített értelemigényt vissza kell helyezni a jellegzetesen humán jelenségek terébe, s így a logoterápia hidat ver a logosz kettős jelentése – a szellem és az értelem – között: mint ahogyan a szellemnek értelemre van szüksége – a nousznak szüksége van a logoszra –, úgy van szüksége a noo-gén megbetegedésnek logo-terápiai kezelésre. [...]

- A logoterápia alapvető felismerése.

Ha az ember értelemirányultsága alábbhagy, rosszabbodik általános pszichohigiénés állapota, ezzel együtt megnövekszik a frusztráció hatásainak a száma; ha értelemorientáltsága javul, megerősödik az a képessége is, hogy az életben kivívott sikeres pozíciókkal szembeni pozitív beállítódását kifejllessze. [...]

- A logoterápia három tartóoszlopa: az akarat szabadsága, az értelem akarása, az élet értelmes volta.

Az akarat szabadságához és az értelem akarásához az élet értelmes volta társul harmadik tartóoszlopként, ezekre épül a logoterápia tanítása. Micsoda vigasztaló triász! Az ember értelmet akar, de ez az értelem nemcsak hogy létezik, hanem adott az ember szabadsága is arra, hogy beteljesítse. [...]

- A logoterápia foglalkozik az ember végső értelemre törekvésével.

A [logoterápia] jogosult arra, hogy ne csak az értelem akarásával foglalkozzék, hanem a *végső* értelem, a felettes értelem – ahogyan nevezni szoktam [...] – akarásával is. [...]

- A logoterápia központi feladata, hogy az értelemkereséshez segítséget nyújtson.

Hogy az értelem megtalálásában segítséget nyújtson, az a pszichoterápia *egyik* és a logoterápia *legfőbb* feladata. [...]

- A logoterápia konkrét értelemlehetőségekre világít rá, és segít azok kidolgozásában.

[...] *analitikai* módszerrel olyan konkrét értelemlehetőségekre *világítunk rá*, és olyanokat *dolgozunk ki*, [...] amelyek beteljesítése és megvalósítása személyesen megszólítja és egzisztenciálisan felszólítja a páciens. [...]

- A logoterápia törekvése, hogy a páciens a konkrét és személyes értelem irányába terelje.

A logoterápia megpróbálja a páciens egy konkrét és személyes értelem irányába terelni. De nem azért van, hogy ő maga adjon a páciens létének értelmet [...], s épp ily kevésbé fog értékeket közvetíteni. [...]

- A logoterápia az adott embert egy konkrét szituáció konkrét értelmével szembeesíti.

Logoterápiái felfogásban értelmén soha nem valami absztrakció értendő, mindig teljességgel konkrét értelemről van szó, egy szituáció konkrét értelméről, amivel az ugyancsak konkrét személy mindenkor konfrontálódik. [...]

- A logoterápiában magának a páciensnek kell megtalálnia a konkrét értelmet; a logoterápia ezért nem moralizál; a megtalált értelem azonban mások számára is meggyőző kell hogy legyen.

A logoterápiás kezelés során sem az orvos az, aki értelmet ad az életnek, az élet értelmét a páciensnek kell megtalálnia. Sőt, bizonyítható, hogy a pszichoterápia más irányzatai sokkal inkább moralizálnak, mint a logoterápia. [...]

- A logoterápia felhasználja a noo-pszichikai vagy pszichonotikus antagonizmust s ezzel együtt az ember distanciatereemtő képességét vagy „a szellem dacoló hatalmát”.

Igy tehát a noo-pszichikai antagonizmusnak kiemelkedő terápiái jelentősége van. Végző soron ebből kell kiindulnia a pszichoterápiának, különösen a logoterápiának kell ehhez kapcsolódnia. [...]

- A logoterápia nem alkalmazza a rábeszélés módszerét, nincs köze a logikához; azonban nagyon is nagy hangsúlyt fektet a másokat meggyőző érvelésre.

Ami először is a *logoterápiát* illeti, a szó nem abból vezethető le, mintha módszerei közé tartozna, hogy „a pácienseknek a logikával jön” – ez azt jelentené, hogy a logoterápiát összetévesztjük a rábeszélés módszerével. Valójában a logoterápia bizonyos értelemben, legalább is a tekintetben, amit módszerei közül „paradox intenció”-nak nevezünk, a rábeszélésnek éppen az ellenkezője. A „logoterápia” szóból a „logosz” sokkal inkább két dolgot jelent: egyfelől értelmet, másfelől a szellemit, és pedig legalább heurisztikusan ellentétben a pusztán lelkivel. [...]

- A logoterápia nem rábeszélés, bár a rábeszélésre a paradox intenció előkészítése során szüksége van.

[Bizonyítani lehetett], hogy a logoterápia nem azonos a rábeszéléssel, és hogy különösen a paradox intenció nem pusztán szuggesztív effektusokra vezethető vissza. [...] Ugyanakkor el kell ismernünk, hogy vannak esetek, amikor a paradox intenció nem indítható anélkül, hogy egy megfelelő rábeszélő *előkészítés* meg ne előznie. Különösen igaz ez a blaszfémikus kényszerneurózisokra, amelyeknek kezelésére speciális logoterápiai technika áll rendelkezésre. [...]

- A logoterápia a világnézeti félreértések felfedésével kiegészíti a neurotikus háttér pszichoterápiai feltárását.

Mindemellett [...] azt is figyelembe kell vennünk, hogy a *neurotikus háttér feltárása* során a *pszichoterápia* mellett kiegészítésként a *logoterápiának* is közbe kell lépnie, *fel kell mutatnia a világnézeti félreértéseket*. [...]

- A logoterápia a páciens világnézeti koncepciójával a logosz tanát helyezi szembe, és így egészíti ki a pszichoterápiát, ami ezeket a problémákat rendszerint kikerüli.

Logoterápia! Mert csak a logosz nevében tudunk egyáltalán kritikusan szembehelyezkedni egy világnézeti koncepcióval, a neurotikus ember koncepciójával is. Ha tehát a pszichoterápián belül el akarjuk kerülni a pszichologizmust, határozott elszántsággal kell azt tennünk „logiczizmus” révén – ez pedig azt jelenti, hogy

a pszichoterápiát, amennyiben azt maga a páciens állítja filozófiai problémák elé, logoterápiával kell kiegészítenünk. [...]

- A logoterápia akként értelmezi önmagát, mint ami szellemmel és értelemmel egészíti ki a pszichoterápiát.

Az eddigiekben egy olyan *logoterápia* szükségességéről szoltunk, ami a *szellemből kiinduló terápia*; aztán azt mondtuk, hogy a pszichoterápia e *szükséges* kiegészítése csak olyan *egzisztenciaanalízis* formájában *lehetséges*, ami a *felelős-lét tudatosítására irányuló analízis*. Utaltunk már arra is, hogy ennél több nemcsak lehetetlen, hanem szükségtelen is, tekintettel arra, hogy az egzisztenciaanalízis eszközeivel a legmesszemenőbb terápiai hatások érhetők el. [...]

- A logoterápia mint a pszichoterápia és a szomatopszichikai szimultán terápia kiegészítése.

Mint már mondtuk, a logoterápia akként értelmezi önmagát, mint ami nem pótolja, hanem kiegészíti a pszichoterápiát.

A logoterápia természetesen nem arra törekszik, hogy az eddigi, szűkebb értelemben vett pszichoterápiát helyettesítse, hanem csak kiegészíteni szeretné azt – emberképét is a „teljes” ember képévé akarja ki-egész-íteni (ehhez az egészlegességhez, mint már szó volt róla, lényegében tartozik hozzá a szellemi).

A logoterápia azonban semmi esetre sem csak a pszichoterápia kiegészítője, a szomatoterápiát is kiegészíti – vagy, jobban mondva, azt a szomatopszichikai szimultán terápiát, ami mind a szomatikus, mind pedig a pszichés dimenziót megragadja, hogy a neurózist e két sarokpontból kimozdítsa. [...]

- A logoterápia sokkal inkább művészet és bölcsesség, s kevésbé alapoz technikára és tudományra, ezért a terapeuta személyisége nagyon fontos.

Bármennyi technika és tudomány is árasztja el a pszichoterápiát, valahogyan, végső soron, az kevésbé technikán, mint inkább művészetben alapszik, és kevésbé tudományon, mint inkább bölcsességen. [...]

- A logoterápia a dereflexió és a paradox intenció technikáját alkalmazza.

Nos, mint mondtuk, nem minden neurózis noogén. Önmagában véve a neurózis sokkal inkább pszichogén, sőt vannak – mint ahogyan bizonyítani tudtam – szomatogén neurózisok is, de a nem-noogén neurózisok kezelésére is kifejlesztettünk a logoterápián belül módszereket, a dereflexió és a paradox intenció technikáit. Ez utóbbit már 1929-ben – K. Dunlaps „negative practice” módszere előtt – alkalmaztam, s az első publikáció 1939-ben jelent meg róla [Frankl utalása a forrásra: *Zur medikamentösen Unterstützung der Psychotherapie bei Neurosen*. In: Schweizer Archiv für Psychotherapie 43, 1939, 1.; megjegyzés: K. B.]; önálló publikációként pedig 1947-ben [Frankl a következő forrásra utal: *Die Psychotherapie in der Praxis. Eine kasuistische Einführung für Ärzte*. Bécs, Deuticke 1947 és 5. kiadás 1985; megjegyzés: K. B.]. Ilyenfajta kezdeményezések természetesen korábban is voltak; de minden elődömnök, akiről tudomást szereztem, úgy szolgáltattam igazságot, hogy idéztem őket [Frankl megnevezi a forrást: *Die Psychotherapie in der Praxis. Eine kasuistische Einführung für Ärzte*. Bécs, Deuticke 1947 és 5. kiadás 1985, 155sk; megjegyzés: K. B.]: Hans von Hattingberg, Dreikurs és Wexberg. (LuE 253).

- A logoterápia mobilizálja az öneltvácolódás és az öntranszcendencia képességét.

[A] *behavior therapy* [arra törekszik], hogy mintegy átnevelje a beteget; arra indítja, hogy felejtse el neurotikus lenni. Ezzel a törekvésével azonban a pszichoterápia azon a síkon marad, amelyiken a neurózis is zajlik, míg a logoterápia – Petrilowitsch szerint – behatol a szó tulajdonképpeni értelmében vett emberi jelenségek terébe, hogy ott olyan tartalékokat mobilizáljon, amelyek kizárólag ebben a dimenzióban találhatók. Hogy az általam bevezetett kifejezéseket használjuk, olyan emberi képességekről van szó, mint az „öneltvácolódás” képessége, amelynek mobilizálására a paradox intenció törekszik, és az „öntranszcendencia”, ami a „dereflexió” lehetőségének előfeltétele. [...]

- A logoterápia noogén neurózisok specifikus, adekvát és kauzális terápiája; illetve pszichogén és szomatogén megbetegedések nem specifikus terápiája.

Ennek értelmében tehát a logoterápia nemcsak úgy állja meg a helyét, mint noogén neurózisok adekvát és kauzális terápiája, hanem nem-noogén: pszichogén és szomatogén esetekben is hatásos mint nem specifikus terápia; mert azon esetekben, amelyekben nem az egzisztenciális vákuum volt a patogén tényező – hiszen az egzisztenciális frusztráció nem feltétlenül patogén –, e vákuum feltöltése mindenképpen „antipatogén” (Manfred Pflanz és Thure von Uexküll). [...]

- A logoterápia ötféle megbetegedés esetén javallott: (1.) noogén neurózisok, (2.) pszichogén neurózisok, (3.) gyógyíthatatlan szomatogén megbetegedések, (4.) olyan szociogén jelenségek esetén, mint az értelmetlenségérzés, (5.) iatrogén (az orvos által okozott) neurózisok esetén.

Összefoglalásként elmondhatjuk, hogy a logoterápia öt alkalmazási területet ismer. Éspedig mint a logoszból, az értelemből kiinduló terápia először is noogén neurózisok esetében javallott, hiszen azok mint olyanok, mint noogének nem utolsó sorban értelemvesztés következtében léptek fel. Ezért ezen az *1. alkalmazási területen* belül a logoterápiát specifikus terápiának tekinthetjük.

Nem így a *2. alkalmazási területen*: pszichogén neurózisok esetében a dereflexiót és a paradox intenciót alkalmazzuk, ám ekkor a logoterápia annyiban nem specifikus terápiaként hat, amennyiben azoknak a patogén reakciómintáknak, amelyek feloldására jól alkalmazható, nincs köztük az értelemproblematikához. Ez azonban messze nem jelenti azt, hogy az ilyen nem specifikus terápia csak tüneti kezelés lenne. Mert a dereflexió és a paradox intenció azokban az esetekben, amelyekben valóban javallottak, a neurózist a gyökereknél ragadják meg, ott ugyanis, ahol a szétfeszítendő körkörös mechanizmusok patogén hatásukat kifejtették. Így aztán a logoterápia akkor is, amikor logoterápiaként nem specifikus terápia, pszichoterápiaként még mindig kauzális, okokat megragadó terápia.

Megint más a helyzet a *3. alkalmazási területen*: itt megszűnik egyáltalán terápia lenni, [...] mert ezen alkalmazási terület kapcsán nem csupán általában van dolga szomatogén szenvedéssel, hanem különösen gyógyíthatatlan szomatogén betegségekkel, ahol eleve

már csak arról lehet szó, hogy segítsük a beteget abban, hogy beállítódási értékek megvalósítása révén az értelmet a szenvedésében is az utolsó pillanatig megtalálja. [...] A 4. *alkalmazási terület* kapcsán a logoterápia olyan szociogén jelenségekkel szembesül, mint az értelmetlenségérzés, ürességérzés és egzisztenciális vákuum.

Az 5. *alkalmazási terület* lényege a iatrogén neurózisok kialakulásának megakadályozása. [...]

- A logoterápia csak klinikailag könnyebb pszichózisok esetében jöhet számításba.

Amint és ameddig nem tűnik elő számomra a szellemi személy, mert a pszichózis éppen elbarikádozta, s ezért nincs módom megpillantani – mindaddig természetesen terápiái úton sem közelíthetem meg, s minden felszólítás hatástalan marad. Ebből az következik, hogy a logoterápiás eljárás csak klinikailag enyhébb, illetve közepesen súlyos pszichózisok esetén jöhet számításba. [...]

- Pszichózisok esetében a logoterápia arra építő terápia, ami egészséges maradt az emberben.

A pszichózisok esetében alkalmazott logoterápia (a pszichózisok logoterápiája ugyanis nem létezik) lényegében arra építő terápia, ami egészséges maradt az emberben, tulajdonképpen a megbetegedett szembeni beállítódás kezeléséről van szó a beteg emberben megmaradt egészséges mozgósítása által; mert az egészségesen maradt nem is képes megbetegedésre, és a megbetegedett pszichoterápiái (s nem csak logoterápiái!) úton nem is kezelhető (inkább csak szomatoterápiái módon közelíthető meg). [...]

- Logoterápia blaszfémikus kényszerképzetek esetén

A szentségtörő kényszerképzetek esetében minden bizonnyal akkor járunk el a leghelyesebben, ha megpróbálunk a kényszerneurózisra felől közelíteni a beteghez, éspedig úgy, hogy figyelmeztetjük rá: miközben folyton attól fél, hogy a szentségtörés bűnébe esik, már *el is követi* azt; hiszen az már önmagában istenkáromlás, ha Istent olyan rossz diagnosztának tartjuk, hogy úgy véljük, nem képes arra, hogy diagnosztizálja a különbséget blaszfémia és kényszeres tünetegyüttes között. Az igazság azonban az – erről

biztosítanunk kell a páciens –, hogy Isten egész biztos nem róná fel a beteg személyének szentségtörő kényszerképzeteit. E tekintetben a beteg sem nem szabad, sem nem felelős – annál inkább szabad és felelős azonban a tekintetben, ahogyan kényszeres tüneteinek *viszonyuk* miközben szakadatlanul harcol szentségtörő képzetei ellen, csak fokozza annak „hatalmát” és saját szenvedéseit. Ennek a technikának az a célja, hogy *leállítsa* a tünettől szembeni küzdelmet, amennyiben kikapcsolja a tünettől szembeni küzdelem *motivumát*. [...]

- A logoterápia csupán a felelősség alapvető voltára hívja fel a beteg figyelmét. Ezzel szemben az egzisztenciaanalízis a fenomenológia segítségével azt is felmutatja a betegnek, hogy az emberi felelősség a lét alapja. Ennek révén segíti hozzá a beteget annak felismeréséhez, hogy mi az ő személyes feladata.

A logoterápiának csak utalnia kell arra, hogy a felelősség adott, amit azonban a beteg feladatként, megbízatásként él át, az annak a belső történésnek az eredménye, amit az egzisztenciaanalízis vált ki, amennyiben hozzásegíti a beteget az élet feladatjellegének tudatosításához; amennyiben megérteti vele, hogy a lét alapvetően felelős lét. A logoterápia [...] csak odáig megy, hogy felmutatja a felelősséget – majd ezen a ponton az egzisztenciaanalízis lép a helyébe, amely a léte a vele szembeni felelősséget szem előtt tartva elemzi. [...]

- A logoterápia a felelősséget tudatosítja az emberben, s aztán rábízta annak eldöntését, hogy miért és mi előtt kész vállalni a felelősséget. Így találhatja meg maga számára az értelmet.

A) De a logoterápia csak a léttel szembeni felelősséget tudatosítja az emberben, s aztán rábízta, hogy maga döntse el, miként magyarázza és értelmezi önnön felelősségét, miért és mi előtt vállalja a felelősséget, hogy egyáltalán valami előtt-e (a saját lelkiismerete vagy a társadalom előtt), nem pedig valaki előtt (Isten előtt). [...]

B) [A] logoterápia azonban csak a léttel szembeni felelősséget tudatosítja a páciensben, s aztán rábízta, hogy maga döntse el, mi iránt érez felelősséget: milyen konkrét értelem beteljesítéséért, s milyen személyes értékek megvalósításáért – és mi előtt vállalja

a felelősséget: hogy egyáltalán valami előtt-e (lelkiismerete vagy a társadalom előtt) vagy sokkal inkább valaki előtt (Isten előtt) – mi vagy ki előtt magyarázza és értelmezi létét felelős létként. Akár így, akár úgy: nem arról van szó, hogy mi adjunk a páciens létének értelmet, hanem egyedül és kizárólag arról, hogy *képessé tegyüek arra, hogy létének értelmét megtalálja*. [...]

- A logoterápia és egzisztenciaanalízis vitálisan is indikált

A beteg elvezetése felelősségének radikális átéléséig. A kezelés ezen túlmenő folytatása – például a konkrét döntések személyes szférájába – továbbra sem megengedett. [...] Egy kétségbeesett embert az orvos minden bizonnyal sohasem fog cserbenhagyni, s éppoly kevésbé fogja bármilyen elvek nevében feláldozni és magára hagyni [...], tehát a logoterápia és egzisztenciaanalízis esetében is elképzelhető olyasmi, ami vitális indikációnak nevezhető [...]

- A logoterápia a szellemiből kiindulva gyógyít; az egzisztenciaanalízis a felelősséget tudatosítja, a szellemire hat.

A logoterápia arra törekszik [...], hogy a szellemit tudatosítsa tegye; egzisztenciaanalízisként pedig arra, hogy mindenekelőtt a *felelős létet tudatosítsa*. [...]

- Az arra vonatkozó kérdés, hogy mi előtt felelős az ember, nyitott.

Ellentétben azzal, hogy miért vállal felelősséget az ember, a pszichoterápiának azt a kérdést, hogy mi előtt vállalja a felelősséget, nyitva kell hagynia. Azon kérdés eldöntését, hogy hogyan értelmezi létének felelős voltát, át kell engedni a páciensnek: hogy a társadalom, az emberiség vagy a lelkiismerete előtt érzi-e magát felelősnek, vagy pedig egyáltalán nem valami, hanem valaki, az istenség előtt. [...]

- A logoterápia nem engedi, hogy a páciens a felelősséget a terapeutára hárítsa.

A) A logoterapeuta lenne az utolsó, aki e tekintetben átvállalná a páciensről a [miért és mi előtt, K. B.] felelősnek lenni eldöntését, vagy akár csak engedné, hogy a páciens saját felelősségét a terapeutára hárítsa. [...]

B) [...] a logoterápia felelősségre nevelő terápia, és mint ilyen leginkább fel van vértézve azon – a pszichoterápia minden irányzatát és iskoláját fenyegető! – veszéllyel szemben, hogy határokat lépjen át bármiféle értékítéletet illetően. [...]

- A logoterápia alapvetően felelősségre nevelés, ezért a páciens nem háríthatja át a felelősséget, mert akkor nem juthatna el létének konkrét értelméig.

A logoterapeuta már csak azért is óvakodni fog attól, hogy a páciens a felelősséget rá hárítsa, mert a logoterápia alapvetően felelősségre nevelés. Ebből a felelősségérzetből kiindulva kell a betegnek önállóan eljutnia személyes létének konkrét értelméig. „Így telítődik értelemmel az a konkrét élettér, amelybe az ember »belevettett«.” (Paul Polak) [...]

- A logoterápia nem moralizál, hiszen értelmet nem lehet receptre felírni.

Hogy moralizáló-e a logoterápia a gyakorlatban? Már csak azon egyszerű okból sem az, mert értelmet nem lehet receptre felírni. Az orvos nem adhat értelmet a páciens életének. [...]

- A logoterápia nem spiritualista.

A noogén neurózisok mellett azonban nemcsak pszichogén, hanem az általam [Frankl, K. B.] leírt szomatogén pszeudoneurózisok is léteznek. Csak néhányat említek: az agorafóbiát, ami mögött fokozott pajzsmirigyműködés húzódik meg, a klausztrofóbiát, amiben látens izomgörcs rejtőzik, és a deperszonalizációs szimp-tómákat, illetve az Addison-kór szindrómáit, amelyek a mellékvesekéreg alulműködésére vezethetők vissza. Szóba sem jöhet tehát, hogy a *logoterápia elméletét tekintve spiritualista, gyakorlatát illetően pedig moralizáló* lenne. (ÄS 107)

- A logoterápia nem merevedhet dogmákba, hanem tovább kell fejlődnie.

Elisabeth Lukas mondja a trilógiájában, hogy nincs a pszichoterápia egész történetében még egy olyan rendszer, amely oly mértékben lenne dogmáktól mentes, mint a logoterápia. Ehhez

talán én is hozzájárultam, amikor a logoterápia első világtudománykongresszusán [First World Congress of Logotherapy] (San Diego, 1980) megnyitóbeszédet tartottam ezzel a címmel: *The Degurufication of Logotherapy* [...]. De hogyan is merevedhetne a logoterápia dogmákba? Nem én magam voltam-e az, aki időről időre egyik-másik nézetét korigálta? Nem én magam voltam-e az, aki mindig is kiálltam a mellett, hogy a logoterápia nyitott rendszer? „Két irányba nyitott: saját fejlődését és más iskolákkal való együttműködését illetően is.” A logoterápia nem hasonlatos a keleti bazárhoz, ahol az emberre rátukmálnak valamit; sokkal inkább szupermarkethez hasonlít, amit bebarangolhatunk, hogy azt válasszuk ki magunknak, amire szükségünk van, éspedig nemcsak nekünk van rá szükségünk, hanem a ránk bízottaknak is. [...]

Értelem⁴

Megjegyzés: (1.) A német értelem (*Sinn*) szó eredeti jelentése „helyi mozgás” [...], tehát járás, járni. Az ófelnémetben a „sinnan” szó értelme: útra vállalkozni, nyomot keresni, tehát úton lenni, menni, utazni, küldeni (valakit „útra bocsátani”). A „sinnan” azonban azt is jelenti: „törekedni”, tehát szellemileg valamilyen célt követni. Az ófelnémet ezzel már átvitt értelmű jelentést ért el. Ha tehát valaki „sinnt”, azt jelenti, útra kel, nyom után kutat, s mindezt a szó átvitt és konkrét értelmében egyaránt. A szellemi és térbeli szféra elválása a középkorban csapódott le fogalmilag. A „Sin” jelentése ekkoriban „értelmesség (Sinn), értelem (Verstand)”; míg a „sint” ezzel szemben „utat, irányt” jelölt. A későbbi szótörténeti fejlődés során a „Sinn” fogalmának differenciálódása erősen felgyorsult, ahogy azt a szó mindennapi életben használt hatalmas jelentésgazdagsága bizonyítja. – (2.) Az indogermán „sent-” szótő eredetileg a latin „sentire” szóban gyökerezik, jelentése pedig: „egy irány nyomába eredni, egy irányt követni”. Csak a későbbiekben fejlődik ki az „érezni” jelentéstartalom. A kifejezés szellemi területre történő jelentésátvittele a latin és a germán nyelv közvetítésével ment végbe. A latinban az „értelmesség” (*Sinn*), „értelem” (*Verstand*) jelentés dominál, a germánban a „törődni valamivel, ügyelni valamire”. Ez a

4 Biller – Stiegeler (2008), 402–404.

jelentéstartalom megy át az újfelnémet „sinnen” igébe. Úgy tűnik, a „Sinn” főnévben e jelentés immanens módon a kezdetektől fogva benne volt. Aki valaminek az értelmét (*Sinn*) keresi, gondolatilag egy irányba halad, utat, nyomot keres, például hogy kijusson egy krízisből. Mindez a szubjektum tevőlegességét hangsúlyozza, ami csak a környező világra való körültekintő ráhangolódással lehet eredményes. – (3.) A „sinnen” ma már csak átvitt értelemben veendő. Ezért aki szellemileg aktív, az mintegy útra kel. Nem az otthonában van, hanem – képletesen szólva – „mágn kívül”. Úton van egy maga által választott irányba. Ez a túllépő (transzcendáló) momentum markáns módon meghatározza az értelem (*Sinn*) jelentéstartalmát. – (4.) Aki tehát értelmesen akar élni, nem maradhat meg önmagánál, saját vágyai és ösztönei kielégítésénél, hanem szabaddá kell válnia tőlük. Az értelemhez vezető út tehát az önelidegenedésen vagy az önmagunkon való túllépésen (öntranszcendencián), valamint az önmagunktól és saját érdekeinktől való eloldódáson keresztül vezet. Humánusként az ember a dolgok, a lények és embertársai szószólója lesz. – (5.) A logoterápiában az értelem a konkrét helyzetben megvalósítható legértékesebb lehetőség, amit az embernek szükségképp be kell teljesítenie ahhoz, hogy a szituáció elérje létét. Ennek előfeltétele, hogy elfogadjuk: minden helyzetben fellelhető értelem, ha az ember mindig a legértékesebb lehetőséget keresi. Ezen előfeltétel teljesítésével bárki képes hozzájárulni a helyzet optimalizálásához, és felfedezheti a benne rejlő értékes lehetőségeket. – (6.) Frankl először 1946-ban, az *Orvosi lelkigondozás* című művében írta le az értelmet mint az embert cselekvésre sarkalló tulajdonképpeni és legmélyebb indítóokot. Az élet értelmére irányuló kérdés csak az ember számára lehetséges. Az értelemkérdésre azáltal kap választ, hogy tőle telhetően felelősen teljesíti az élet által eléje állított feladatokat. – (7.) Az értelem a logoterápia központi fogalma, amit a valóság háttéréből előtűnő, a szituáció alakítására, megélésére vagy a vele szembeni beállítódásra irányuló lehetőségként érzékel az ember. Az értelemérzékelés így a felülvizsgálható történések horizontjára emelkedik. (A) Az értelem különböző formákban jelenik meg, mindenekelőtt konkrét értelemként (pl. a szituáció értelme), pusztá szubjektív értelemként, saját életem értelmeként, az élet értelmeként, végső értelemként, felettes értelemként (Logosz, Isten). Világosan kitűnik tehát, hogy Frankl értelemfelfogása az egzisztencia konkrét, gyakorlati területét éppúgy

magába foglalja, mint az absztraktat, a filozófia transzcendentális és a teológia transzcendens területét. Ezért a konkrét, szubjektív értelem érvényét nem szabad kizárólag megvalósíthatóságának kisebb-nagyobb mértékéből levezetni, fokozott összhangban kell lennie ugyanis a fölérendelttel, az általánossal, például az igazzal, a jóval, a széppel, az okossággal, a bátorsággal, a mértékletességgel és az igazságossággal, valamint a szeretet erényeivel is. (B) Három út áll az ember rendelkezésére, melyeken keresztül értelemre tehet szert, s ez az alkotói értékek, élményértékek és beállítódási értékek megvalósításában áll. Az értékek megvalósítása útján elért értelemmegvalósítás a biztosítéka, hogy az értelem, bár megtapasztalása szubjektív, az objektíven ellenőrizhető kritériumok próbáját is kiállja. (C) Az ember értelemkeresését a lelkiismeret segíti, melyet az „értelem szervének” (Frankl) neveznek. – (8) *Elhatárolás.* – Az értelem sokértelmű, s Frankl írásaiban felbukkan úgy tudományos terminusként, mint köznyelvi fogalomként. Tartalmilag ezért a „jelentés” és „funkció” is benne rejlik, ami azonban csak az „értelem” előstádiumáig nyúlik. Mert valaminek az értelme csak akkor tapasztalható meg, ha jelentését megértették, vagy funkciójával rendelkeznek. „Értelmet” ugyanis csak megélni lehet, kijelenteni azonban nem. Ezért pontatlan az „értelemadás” kifejezés; senki nem adhat vagy tulajdoníthat értelmet valaminek. Csak értelemlehetőségeket lehet érzékelni, vagy pedig egy szituációból kicsikarni.

- Az értelemfellelítés folyamatának leírásából a valóság megváltoztatására irányuló lehetőségként tárul fel az értelem.

[Az értelemérzékelés] a valóság megváltoztatásának [hirtelen felismert] lehetősége, mihelyt ez szükséges és lehetséges. [...]

- Az értelem objektív valami, tudniillik a valóság kimutatható megváltoztatása.

[...] Az értelem objektív valami, és ez nem csak az én [Frankl, K. B.] egyéni és személyes világnézetem, hanem kísérletpszichológiai kutatások eredménye is. Hiszen Max Wertheimer, a Gestaltpszichológia alapítója is kifejezetten rámutatott, hogy minden szituációban felszólító jelleg rejlik, pontosan az értelem, amit a helyzettel szembesülő személynek be kell teljesíteni, s hogy „the demands of the situation” „objektive qualities”-ként minősítendő. [...]

- Az értelem az ember önmaga vagy a valóság megváltoztatásának lehetősége.

Nos, értelmén a logoterápiában általában a konkrét értelmet értjük [...tehát az ember számára adódó] lehetőséget a valóság [...] megváltoztatására, vagy pedig, ha ez valóban nem bizonyulna lehetségesnek, önmagunk megváltoztatására, hiszen még szenvedő állapotban is, melynek oka nem megszüntethető és nem kiküszöbölhető, érlelődhetünk, növekedhetünk, túlnőhetünk önmagunkon. [...]

- Konkrét értelem mellet absztrakt értelem is felmerül, mintegy a létet megelőzendő és kiteljesítendő.

Az értelem „a létezés élenjárója”⁵ [...], megvalósítása segítségével ugyanis a lét egzisztenciához jut. [...]

Logosz⁶

Megjegyzés: (1.) A logosz fogalma (görögül [...] beszéd, szó, értelem) a *filozófiai nyelvhasználatban* először is annyit tesz, mint (A) emberi beszéd, értelmes szó; de jelent (B) logikus ítéletet és fogalmat is, és végül (C) emberi ész, átfogó értelmet. – (2.) Ha a szónak csak egyes száma használatos, akkor a *filozófiában* isteni értelmet és világértelmet jelent; jelentése a *teológiában* (A) Isten, az isteni értelem mint világot teremtő erő és (B) kinyilatkoztatás, isteni akarat és Jézus személyében Isten emberré lett szava. – (3.) A szó különböző, filozófiai és teológiai jelentéseiből tevődik össze az a jelentésárnyalat, amit a logoterápia nyelvhasználatában „logosz”-on értünk: filozófiai szövegkörnyezetben a „logosz” szó „átfogó értelem”, „isteni bölcsesség” értelemben bukkan fel; a teológiai fejtegetésekben mindenekelőtt „Isten”, „az

5 „Schrittmacher des Seins” – A Schrittmacher szó szerint „lépéscsináló”, vagyis az, aki a tempót diktálja, tehát futásban az „élenhaladó futó”, v. a „nyúl”, motorvezetéses kerékpárversenyen a „motorvezető”, de átvitt értelemben így nevezik a társadalmi v. művészeti „fejlődés” „úttörőjét”, bizonyos tendenciák „szálláscsinálóját” is. (Német–magyar kulturális szótár, 205). Jelentése továbbá: szívritmus-szabályozó.

6 Biller – Stiegeler (2008), 188–189.

istení értelem mint világot teremtő erő” értendő rajta. Két dolgot azonban még figyelembe kell venni: (A) az „Isten” szó alapjául Frankl jellegzetesen zsidó istenértelmezése szolgál; (B) bár Frankl a „logosz” szót „szellem” és „értelem” szavakkal fordítja, de beleérti azokba a fenti jelentésárnyalatokat is. Ebben az értelmezésben az „értelem” és az „értékek” valóban reprezentálhatják a logoszt.

- A logosz szellemet és értelmet jelent.

A) [...] logoterápiái összefüggésben a logosz értelmet jelent. És valóban, az emberi lét mindig túlmutat önmagán, eleve valamilyen értelemre irányul. Ebben a felfogásban az ember számára nem az élvezet és nem a hatalom a fontos, még csak nem is az önmegvalósítás, sokkal inkább az értelem beteljesítése. A logoterápiában ezt „az értelem akarásának” nevezzük. [...]

B) Magától értetődő, hogy noogén neurózisok speciális terápiája csak olyan pszichoterápia lehet, amely követi az embert, a beteget is a noogén dimenzióba, s a logoterápia ilyen terápiaként értelmezi önmagát, amely tehát bemerészkedik a szellemi dimenzióba – a neurotikus megbetegedések etiológiáját illetően is –, miközben a „logosz” nemcsak az értelmet [...], hanem a szellemet is jelenti. [...]

- A logoszt az értelem és az értékek reprezentálják.

A logosz az értelem és az értékek, s a lélek ezek irányába transzcendálódik. [...]

PÁRBESZÉD

Vik János – Alexander Batthyány

A logoterápia jövője

Interview mit Univ.-Prof. Dr. Alexander Batthyány,
dem Vorsitzenden des Vorstands des Viktor Frankl Instituts in Wien

*Interjú dr. Alexander Batthyány egyetemi tanárral,
a bécsi Viktor Frankl Intézet igazgatóságának elnökével*

Das Interview wurde von János Vik per E-Mail geführt.

Az interjút e-mailes levelezés útján Vik János készítette.

VJ: Aufgrund welcher berufsbezogenen und persönlichen Argumente haben Sie sich einst entschieden, die berufsbegleitende Ausbildung am Süddeutschen Institut für Logotherapie und Existenzanalyse zu absolvieren?

VJ: Milyen személyes és szakmai érvek alapján döntött úgy annak idején, hogy elvégzi a Délnémet Logoterápiai Intézet képzését?

AB: Das war im Jahr 1997; ich war gerade zum Doktoratsstudium beim damaligen Vorstand des psychologischen Instituts der Universität Wien, Professor Dr. Giselher Guttman angenommen worden. Ich habe erst viel später erfahren, dass Guttman Jahrzehnte zuvor auch der Doktorvater von Elisabeth Lukas gewesen war, gemeinsam mit Viktor Frankl. Nun hatte ich davor schon als Student das große Glück gehabt, die letzten beiden Vorlesungszyklen noch von Viktor Frankl selbst an der Universitätsklinik für Psychiatrie zu hören und für mich war seither ohnehin klar, dass ich irgendwie weiterhin im Bereich der Logotherapie arbeiten und forschen wollte und daher auch eine fundierte Ausbildung haben sollte. Viktor Frankl hatte kurz

zuvor seinem Enkelsohn, Alexander Vesely, angeraten: Wenn Du Logotherapie aus reinster Quelle lernen willst, mache die Ausbildung bei Elisabeth Lukas in Fürstenfeldbruck. Nun – als ich das hörte, dachte ich mir: Was für Frankls Enkelsohn gut genug ist, sollte auch für mich gut genug sein. Und: wenn, dann nur die reinste Quelle. So schrieb ich mich bei Elisabeth Lukas in den Kurs ein—und so entstand im Laufe meines Studium bei ihr ein darüber hinausgehender und verbundener Kontakt, der bis zum heutigen Tage hält. Zur Frage, was meine damaligen Motive waren – das ist schnell gesagt: ich wollte mein Wissen und Verstehen für Logotherapie vertiefen und auch selbst helfend, also im Rahmen der Psychotherapie anwenden können. Dennoch konnte ich nicht wissen und vorwegnehmen, wie wegweisend für meinen weiteren Berufs- und Lebensweg diese Ausbildung und diese Begegnung mit Frau Prof. Lukas sein würde.

AB: 1997-ben történt, amikor dr. Giselber Guttman professzor úr irányítása mellett, aki akkor a bécsi egyetem pszichológiai intézetének az igazgatója volt, elkezdhettem doktori tanulmányaimat. Csak sokkal később tudtam meg, hogy évtizedekkel korábban Guttman és Viktor Frankl közösen kísérték Elisabeth Lukas doktori disszertációját is. Ezt megelőzően, még egyetemistaként abban a nagy szerencsében volt részem, hogy részt vehettem Viktor Frankl utolsó két előadássorozatán, amelyet az egyetem pszichiátriai klinikáján tartott. Attól kezdve pedig amúgy is világos volt számomra, hogy valamiképpen továbbra is a logoterápia területén akarok dolgozni és kutatni, és ennek érdekében alapos képzésre van szükségem. Röviddel korábban Viktor Frankl unokájának, Alexander Veselynek a következőket tanácsolta: ha a logoterápiát legtisztább forrásból akarod tanulni, végezd el a képzést Elisabeth Lukas intézetében, Fürstenfeldbruckban. Nos, amikor ezt megtudtam, arra gondoltam: az, ami Frankl unokájának elég jó, az nekem is elég jó kell hogy legyen. És ezért, a legtisztább forrást követve, beiratkoztam az Elisabeth Lukas által irányított képzésre. Az ő intézetében végzett tanulmányaim során máig tartó szoros kapcsolat alakult ki közöttünk. Hajdani motivációim kapcsán pedig azt tudom mondani, hogy többet akartam tudni, jobban akartam érteni a logoterápiát, és a pszichoterápia területén alkalmazni is szerettem volna azt. Ugyanakkor nem tudhattam, s nem is számíthattam arra, hogy további szakmai pályafutásom és életem szempontjából ennyire irányadó lesz a találkozásom E. Lukas professzor asszonnyal.

VJ: Wie würden Sie als Forscher und Universitätsprofessor die wissenschaftliche Bedeutung und Aktualität der Logotherapie heute auf den Punkt bringen?

VJ: Ma, egyetemi tanárként és kutatóként, miben látja a logoterápia tudományos jelentőségét és időszerűségét?

AB: Die Logotherapie ist zum einen gleichbleibend aktuell, weil sie ein zeitloses Bedürfnis des Menschen ernstnimmt – sein Sinnbedürfnis. Die Logotherapie nahm damit für lange Zeit eine Sonderstellung in der Psychotherapielandschaft ein, weil sie dieses Bedürfnis nicht nur ernstnahm, sondern sogar als Ausdruck gesunder, weil weltoffener, Lebenshaltung ansah – im Gegensatz etwa zur Psychoanalyse, die in der brennenden Frage nach dem Sinn, Freud folgend, eine Deformation oder bestenfalls eine Sublimation anderweitiger psychischer Konflikte sah. Oder auch im Gegensatz etwa zur Verhaltenstherapie, die mit derartigen Ansinnen schon vom methodischen Ansatz her nie besonders viel anzufangen wusste. Nun – das war damals. Heute bestätigen viele Studien – und die wenigsten davon kommen von Logotherapeuten –, dass das Sinnbedürfnis etwas Reales, Gesundes, Heilsames und viertens Schützendes ist: Real insofern, als nun mehrere großangelegte Studien zeigen, dass die Sinnmotivation eine reale psychologische Größe ist, die auch in Regressionsanalysen nicht auf andere psychologische Faktoren reduzierbar oder zurückführbar ist. Etwas Gesundes insofern, als es sich zeigt, dass Menschen, die über eine hohe psychische Integration verfügen, tatsächlich auch viel eher zur Selbsttranszendenz neigen als solche, die eine niedrige psychische Integration zeigen. Das Interessante und klinisch relevante an letzterem Befund ist, dass dieser Zusammenhang kausal in beide Richtungen geht. Also: eine hohe Selbsttranszendenz ist sowohl Folge als auch Ursache von hoher psychischer Integration. Einfacher gesagt: Wenn wir unsere psychologischen Funktionen und Kräfte auf etwas hin richten, das nicht wieder wir selbst sind, dann setzen sich autoregulative Prozesse in Gang, die die psychische Integration und Funktionalität mitunter besser und umfassender erhöhen, als wenn man diese Funktionen und Kräfte einzeln und für sich in der

Psychotherapie zu regulieren versucht. Viertens zeigen ebenfalls mittlerweile zahlreiche Arbeiten, dass erstens Sinnfindung auch in schweren Lebenssituationen möglich ist und zweitens einen hohen schützenden Faktor darstellt. Leiden, Krankheit, Sterblichkeit, Schuld – all dies mag unabänderlich sein, aber die Reaktion darauf, also die Frage, wie man das verkraftet, die ist noch verhandelbar, und Logotherapie erweist sich hier als ein sehr wichtiges Instrument. Am Sloan Kettering Cancer Center in New York – dem weltweit größten und wohl auch renommiertesten Krebszentrum – gehört daher auch Logotherapie zum Standardprogramm, ebenso in manchen Onkologien in Europa. Wir erleben tatsächlich in den letzten Jahren ein ungeahntes Interesse an der Logotherapie, was nicht zuletzt auf die guten empirischen Wirksamkeitsnachweise der letzten Jahre zurückzuführen ist. Diese Saat ist erfreulicherweise aufgegangen.

AB: A logoterápia aktualitása azért töretlen, mert az ember időtlen szükségletét, az értelemigényt veszi komolyan. Így hosszú ideig különleges helyzetben volt a logoterápia a pszichoterápiák tartományában, mert ezt a szükségletet nemcsak hogy komolyan vette, hanem az egészséges, világra nyitott életbeállítódás kifejeződését látta benne – ellentétben például a pszichoanalízissel, amely Freud nyomán az értelemre irányuló égető kérdésben deformációt vagy legjobb esetben is másféle pszichikai konfliktusok szublimációját vélte felfedezni. Hasonlóképpen, a viselkedésterápia már pusztán módszertani szempontok miatt nem igazán tudott mit kezdeni az értelemre irányuló szándékkal. Nos, mindez akkoriban volt. Mára már számos tanulmány – melyek szerzői között csak elvétve vannak logoterapeuták – igazolja, hogy az értelemre irányuló igény valami valóságos, egészséges, jótékony és védelmező hatású. Valóságos, amennyiben immár több nagyszabású kutatás révén nyilvánvalóvá vált, hogy az értelemmotiváció egy valódi pszichológiai kiterjedés, amelyet regresszióanalízisek során sem lehet más pszichológiai tényezőkre redukálni, illetve ilyenekre visszavezetni. Egészséges az értelemre irányuló igény, amennyiben megmutatkozik, hogy olyan emberek, akik magas pszichológiai integrációval rendelkeznek, tényleg sokkal inkább hajlanak az öntranszcendenciára, mint azok, akiknek alacsony szintű a pszichológiai integrációja. Ez utóbbi ténymegállapítás érdekessége, hogy az említett összefüggés okozati értelemben kétirányú. Vagyis a magas szintű öntranszcendencia következménye, de oka is a magas pszichológiai integrációnak. Egyszerűbben kifejezve: ha pszichológiai

funkcióinkat és erőinket olyasvalamire irányítjuk, ami nem ismét mi magunk vagyunk, olyan önszabályzó folyamatok szabadulnak fel, amelyek jobban és átfogóbban növelik a pszichikai integrációt és funkcionálitást, mint amikor ezeket a funkciókat és erőket egyenként és önmagunkban próbálják meg szabályozni a pszichoterápiában. Ezenkívül időközben szintén számos kutatás rámutat arra, hogy az értelem fellelése nehéz életbelyzetekben is lehetséges, s hogy erre mint magas védelmező faktorra tekinthetünk. Szenvedés, betegség, halandóság, bűn – lehetnek ugyan megváltoztathatatlanok, a velük kapcsolatos reakcióink, vagyis az a kérdés, hogy miként birkózunk meg ezekkel, még alku tárgyát képezheti. Ezen a téren pedig a logoterápia nagyon fontos eszközhöz tekinthető. A világ egyik legnagyobb és bizonyára legnevesebb rákkutató központjában, a New York-i Sloan-Kettering Cancer Centerben, ugyanakkor néhány európai onkológián is, a logoterápia az alapprogramhoz tartozik. Az utóbbi években tényleg egy előre nem sejtett érdeklődést tapasztalunk a logoterápia iránt, ami nem utolsósorban azokra a hatékonyságot bizonyító, pozitív empirikus eredményekre vezethető vissza, amelyeket az utóbbi években hoztak nyilvánosságra. Örömteli, hogy a vetés lassan kezd szárba szökkenni.

VJ: In welche Richtung würde es sich lohnen, weitere Forschungen anzupfeilen?

VJ: Milyen irányba lenne érdemes még kutatni?

AB: Unter dem Blickwinkel des eben Gesagten brauchen wir fortwährend klinische Effizienzstudien. Zum Beispiel gibt es derzeit relativ wenige Arbeiten über die Wirksamkeit der Logotherapie in der Phasenprophylaxe bei den Psychosen – also die begleitende Logotherapie in krankheitsfreien Intervallen. Hierzu gab es in den 1970er Jahren einige sehr vielversprechende Arbeiten – und die Viktor Frankl Häuser in Mölln, die sich um chronisch psychisch Kranke kümmern, haben hier auch viel Gutes dazu zu berichten; aber es braucht aktuelle Studien mit modernem Studiendesign. Würde man der Gruppe der chronisch psychisch Kranken helfen können, wäre das ein wichtiger Dienst, sowohl menschlich als auch klinisch, handelt es sich hierbei doch um jene Patientengruppe, die derzeit am wenigsten von der humanistischen Modernisierung des Gesundheitswesens profitiert. Ebenso gab es in den 1980er Jahren einige sehr gute Hinweise darauf, dass Logotherapie bei

den Suchterkranken ausgesprochen erfolgreich ist – und gemessen an den hohen Rückfallquoten braucht die Suchtbehandlung offenkundig neue Impulse, die die Logotherapie meines Erachtens nach durchaus brauchbar liefern könnte. In diesen Bereichen ist Forschung also jedenfalls wichtig und wird der Logotherapie und ihrer Verbreitung, vor allem aber künftigen Patienten, dienen.

Natürlich darf man bei alledem auch die Grundlagenforschung nicht vergessen – zum Beispiel in Hinblick auf die Wechselwirkung von Menschenbild, Weltbild und Verhalten. Aus diesem Bereich gibt es einige neuere Forschungsarbeiten von Roy Baumeister, die zwar nicht explizit aus logotherapeutischer Sicht formuliert wurden, wohl aber einige der Grundaussagen der Logotherapie bestätigen. Ich denke aber, Frankls Pathologie des Zeitgeistes ließe sich durchaus leicht testpsychologisch erfassen und dann womöglich mit bestimmten Psychopathologien in Zusammenhang bringen – das ist ein noch offenes und weites Feld in der Logotherapieforschung, das wir in Wien in den kommenden Jahren angehen wollten.

AB: Az előbb elhangzottak függvényében kívülglik, hogy szükségünk van folytonos, klinikai hatékonyságot vizsgáló kutatásokra. Például jelenleg viszonylag kevés vizsgálat foglalkozik a logoterápia hatékonyságával a pszichózisok fázisait érintő profilaxis területén – itt tehát a betegségmentes időszakok logoterápiái alapú kíséréséről van szó. Ezzel kapcsolatban az elmúlt század 70-es éveiben voltak sokat ígérő kutatások – a möllni Viktor Frankl Häuser nevű projekt, amelyben krónikus pszichikai betegségeben szenvedők gondozása történik, nagyon sok pozitív eredményről számolhat be; ugyanakkor szükség van aktuális, modern felépítésű vizsgálatokra is. Ha a krónikus pszichikai betegek csoportjának ezen az úton segíteni tudnánk, ez fontos szolgálatot jelentene mind emberi, mind pedig klinikai értelemben, hiszen a páciensek azon csoportjáról van itt szó, akik jelenleg a legkevésbé profitálnak az egészségügy emberközpontú korszerűsítéséből. Ugyanígy a múlt század 80-as éveiben néhány nagyon jó utalás született arra vonatkozólag, hogy a logoterápiát kifejezett sikerrel lehet alkalmazni függőbetegségek esetében – a visszaesések magas arányához mérten pedig nyilvánvaló, hogy a függőségek kezelése terén új impulzusokra van szükség, amelyeket – véleményem szerint – a logoterápia használható módon nyújtani tudna. Ezekben a területeken tehát a kutatások mindenképpen fontosak, hiszen szolgálni fogják mind a logoterápiát, illetve annak terjedését, mind pedig elsősorban a jövő pácienseit.

Természetesen nem feledkezhettünk meg az alapkutatósról sem – például az emberkép, világkép és viselkedés kölcsönhatásainak területén. Ezen a területen már van néhány újabb keletű vizsgálat, amely Roy Baumeister nevéhez fűződik. Ezeket nem kifejezetten logoterápiái nézőpont szerint dolgozta ki, ugyanakkor eredményei megerősítik a logoterápia néhány fontos alapkjelentését. Arra gondolok ugyanakkor, hogy mindez, amit Frankl a korszellem patológiája kapcsán megfogalmazott, pszichológiai tesztek segítségével elég könnyen beazonosítható, s adott esetben bizonyos pszichopatológiákkal kapcsolatba hozható lenne. Ez egy még nyitott és tág mező a logoterápia kutatási területén, amellyel a következő években itt Bécsben szeretnénk foglalkozni.

VJ: Welche sind die wichtigsten Zielsetzungen und die aktuellen Projekte des Viktor Frankl Instituts in Wien?

VJ: Melyek a bécsi Viktor Frankl Intézet legfontosabb célkitűzései és aktuális projektjei?

AB: Unser Tätigkeitsfeld hat sich in den letzten Jahren so sehr ausgedehnt – sowohl geographisch, als auch in der Forschung und den Publikationen, dass es schwerfällt, einige Bereiche herauszupicken und zu sagen: Diese sind die wichtigsten. Im Grunde ist es so: Die Logotherapie ist eine interdisziplinäre Forschungsrichtung, sie ist aber auch eine philosophische Schule, dann ist sie vor allem eine Heilkunde und sie enthält Leitlinien dafür, dass jeder einzelne das Beste aus sich herausholt und das Leben (und damit auch andere) dadurch bereichert. Jeder einzelne Bereich davon ist zentral, keiner lässt sich zugleich von den anderen trennen. Unsere Tätigkeitsfelder liegen in allen diesen Bereichen: erstens im Leiten oder Koordinieren von vor allem universitären Forschungsgruppen, die es nun in Italien, in Amerika, in Israel, aber auch im Iran und in Österreich und Deutschland, usw., gibt; zweitens in der Sicherung der Qualität der Ausbildungen für angehende Logotherapeuten, und dann natürlich in den Publikationen und Vorträgen, also in der Öffentlichkeitsarbeit. Gerade zu letzterer ist zu sagen: Noch nie sind so oft Zeitungen, Zeitschriften, Radio- und Fernsehanstalten auf uns zugetreten, die entweder zur Logotherapie im allgemeinen berichten wollten, oder aber bestimmte aktuelle Themen unter dem Blickwinkel der

Logotherapie beleuchten wollten – das Interesse ist also groß und wir kommen manchmal kaum hinterher, die vielen Anfragen überhaupt zu beantworten.

AB: *Az utóbbi években annyira kiszélesedett intézetünk tevékenységi területe – mind földrajzi értelemben, mind a kutatások és a publikációk területén –, hogy nehezűnkre esik kiemelni néhány pontot, amelyre aztán azt mondhatjuk: ezek a legfontosabbak. Alapjában véve a következő a helyzet: a logoterápia interdiszciplináris kutatási terület, ugyanakkor filozófiai iskola is egyben, mindenekelőtt azonban úgy tekinthetünk rá, mint gyógyászati módszerre. Ezenkívül a logoterápia képes irányt mutatni abban, hogy az egyén miként hozza ki magából a legjobbat, hogy ezzel gazdagítsa nemcsak saját, hanem mások életét is. Minden egyes pont az eddigiek közül központi jelentőséggel bír, nem igazán választható el az egyik a másiktól. Intézetünk tevékenységi területe éppen ezért érint minden pontot az említettek közül: intézetünk először is vezeti és koordinálja azokat az elsősorban egyetemi kutatási csoportokat, amelyek időközben Olaszországban, Amerikában, Izraelben, de Iránban, Ausztriában, Németországban stb. is létrejöttek. Másodsorban intézetünk biztosítja a jövődi logoterapeuták képzésének minőségét. Ezenkívül a közönségszolgálatot is szívén viseli intézetünk, a publikációk és előadások tanúskodnak erről. Ez utóbbiból még annyit: ilyen gyakran, mint mostanság, még soha meg kerestek meg bennünket újságok, folyóiratok, rádiós és televíziós intézmények. Ezek vagy általában akarnak tudósítani a logoterápiáról, vagy pedig bizonyos aktuális témákat szeretnének a logoterápia szemszögéből megvilágítani. A logoterápia iránti érdeklődés tehát nagy, a hozzánk érkező számos felkérés pusztá megválaszolásával is néha alig tudunk lépést tartani.*

VJ: Das Viktor Frankl Institut hat in der letzten Zeit die Initiative ergriffen, logotherapeutisch angelegte Institute und Ausbildungsprogramme auf internationaler Ebene zu akkreditieren. Welche fachspezifischen Vorteile hat die Akkreditierung für die einzelnen Institute und praktizierende Fachleute?

VJ: *Az intézet az elmúlt fél évben nemzetközi szinten felvállalta a logoterápiával foglalkozó szervezetek és képzési programok akkreditációját. Hol tart ez a folyamat? Milyen szakmai előnyökkel jár az akkreditáció az egyes intézetek és a gyakorló szakemberek számára?*

AB: Die Akkreditierung hängt ein bisschen mit den eben beschriebenen Entwicklungen zusammen. Elisabeth Lukas hat einmal den sehr klugen Satz gesagt: Logotherapie ist nie eine Modeerscheinung gewesen, daher wird sie auch nie aus der Mode kommen. Aber – und das ergänze ich jetzt – gerade seit der Logotherapie so viel Interesse widerfährt, muss man auch nach innen hin sichergehen, dass die Qualität da ist – dass auch Logotherapie drinnen ist, wo Logotherapie draufsteht. Das Viktor Frankl Institut ist daher immer wieder gefragt worden, ob und ab wann wir akkreditieren würden – und das haben wir lange Zeit vor uns hergeschoben, weil damit ja ein enormer Aufwand für uns einhergeht. Und wie ich gerade beschrieben habe, tut sich soviel in der Welt der Logotherapie (und zwar weltweit), dass wir im Institut beileibe nicht auch noch eine Akkreditierungsabteilung gründen wollten. Aber nun gibt es seit einigen Jahren diesen neuen Aufbruch in der Logotherapie und da sahen auch wir – ja, diejenigen, die an Logotherapie interessiert sind, wollen gerne authentische Logotherapie kennenlernen. Diese Leute haben uns dann immer angeschrieben, welche Institute, Initiativen oder auch Therapeuten und Berater denn die „echte Logotherapie anbieten, so wie ihr sie macht und veröffentlicht“. Als solche Anfragen beinahe täglich kamen, haben wir uns dann entschlossen, zu akkreditieren und die Interessenten stattdessen auf das neue Internationale Verzeichnis der Institute und Initiativen für Logotherapie zu verweisen, das seit einiger Zeit online auf unserer Webseite ist (www.viktorfrankl.org).

AB: Az akkreditáció kérdése kissé összefügg az imént vázolt fejlődéssel. Elisabeth Lukas fogalmazott egy alkalommal nagyon találóan: a logoterápia soha nem volt egy divatos jelenség, ezért nem is fog soha kímenni a divatból. Amióta azonban ilyen nagy az érdeklődés a logoterápia iránt – szeretném most hozzáfűzni –, fontossá vált a minőség biztosítása, vagyis az arról való meggyőződés, hogy valóban logoterápia található abban, amin logoterápia olvasható. A Viktor Frankl Intézet felé ezért újra és újra érkezett felkérés arra vonatkozólag, hogy nem indítunk-e, s ha igen, mikortól indítunk el egy akkreditációs folyamatot. Ezt az előttünk álló feladatot hosszú ideig csak görgettük magunk előtt, hiszen ez óriási ráfordítást igényel részünkről. És amint ezt már említettem, annyi minden történik a logoterápia világában (mégpedig világszerte), hogy intézetünknek valóban nem hiányzott egy

akkreditációs osztály létrehozása. Ugyanakkor adott egy helyzet, ez az új lendület a logoterápia területén, s megértettük, hogy mindazok, akik érdeklődnek a logoterápia iránt, szeretnék az autentikus logoterápiát megismerni. Ezek az emberek pedig mindig nekünk írtak, mert tudni akarták, mely intézetek vagy terapeuták és tanácsadók kínálják „a valódi logoterápiát, úgy, ahogy azt ti csináljátok és közlésetek”. Amikor az ilyen megkeresések már szinte napi rendszerességgel érkeztek, döntöttünk, s elindítottuk az akkreditációt. Az érdeklődők figyelmét azóta felhívjuk intézetünk honlapjára (www.viktorfrankl.org), hiszen egy ideje már ott található az akkreditált logoterápiái intézetek és kezdeményezések új nemzetközi jegyzéke.

VJ: Anlässlich fachbezogener Sitzungen und Veranstaltungen sind Sie schon mehrmals in Ungarn und auch in Siebenbürgen gewesen. Welche Eindrücke haben Sie in diesen Ländern gewonnen?

VJ: Különböző szakmai megbeszélések és rendezvények alkalmával többször is járt Magyarországon és Romániában. Milyen benyomásokra tett szert?

AB: Mit Ungarn verbindet mich meine Geschichte, meine Familie und die Zuneigung zu diesem Land, seiner Kultur, seiner Tiefe und Schönheit und nicht zuletzt zu seiner Küche. Und mit Siebenbürgen verbindet mich ebenfalls meine Familie und ein großer Respekt vor seiner historischen Kultur – eine historische Kultur, die sich ja auch bisweilen auf sanfte Weise behaupten musste, um bis heute bestehen zu bleiben, ganz im Sinne der Trotzmacht des Geistes.

AB: Magyarországhoz köt saját történetem, családom, ugyanakkor vonzódódom ehhez az országhoz tájegységei, kultúrája, mélysége és szépsége, s nem utolsósorban konyhája miatt is. Erdélyhez szintén a családom miatt kötődöm, és nagy tisztelet van bennem Erdély történelmi kultúrája iránt.

Kautnik András

Értelemkeresés és nevelés

Kerekasztal-beszélgetés a logopedagógiáról

Kulcsszavak: *logoterápia, emocionális intelligencia, kudarc, küzdelem, értelemmel teli élet, különböző generációk, értékek*

Viktor E. Frankl logoterápiája és egzisztenciaanalízise nemcsak a gyógyítás, a terápiák területén váltott ki visszhangot, hanem a nevelés és oktatás világában is.

Tartalomként és módszertani útmutatóként jelenik meg a tanárképzésben és továbbképzéseken, az iskolai mentálhigiénében, de a szakmódszertanok területén is fontos törekvések ismertek arra, hogy a pedagógus professzionális nevelő munkája révén a nevelt több értelmet lásson életében. A különféle osztrák és magyar képzési tematikákban logopedagógiaként megnevezett, a logoterápia elméleti és módszertani háttéréből kiinduló pedagógiai törekvéseknek nincs még átfogó, tudományos reflexiója. Mégis fontos itt Sárkány Péternek, a kolozsvári székhelyű LENTE (Logoterápia és Egzisztenciaanalízis Nemzetközi Tudományos Egyesület) alapító alelnökének, főiskolai tanárnak az összefoglaló meghatározását idézni: „A logopedagógia a Viktor E. Frankl által alapított harmadik bécsi pszichoterápiás irányzat, a logoterápia és egzisztenciaanalízis elméleti és módszertani érvényesítése a pedagógiai munkában. Egy olyan személy-, érték- és értelemközpontú pedagógiáról van szó, amely a görög-római és a zsidó-keresztény hagyomány emberképén nyugszik, de nem kér számon konkrét világnézetet, hanem – a pedagógiai viszony keretein belül – a személyt (gyermeket, tanulót, növendéket) a mindenkori szituáció értelemmegvalósítási lehetőségeivel szembesíti. A logopedagógia

a felelősségre nevelésnek, az értelem megtalálásának és a lelkiismeret csiszolásának a korszerű pedagógiája.”¹

Az értelemkeresés és nevelés összekapcsolásának nagyon sok megközelítési módja, perspektívája lehetséges. Az alább közölt beszélgetés résztvevői egy-egy ilyen értelmezési és gyakorlati lehetőséget képviselnek: megszólal a fundamentális teológiát és filozófiai tárgyakat oktató papnevelő, az iskolaigazgató, a tanárképző, a pedagógiai tartalomfejlesztő szakember és a középiskolai kutatótanár.

Az olvasói elvárások szempontjából fontos néhány szót ejteni a rögzített kerekasztal-beszélgetés kísérleti-tudományos műfajáról is. Az alábbi írás egy beszélgetés részleteinek szerkesztett változata. Ez a beszélgetés 2015. október 27-én hangzott el a budapesti Szent Gellért Gimnáziumban szűk szakmai közösség, a szervező intézmények, a Logoterápia Alapítvány és az iskola tantestületének érdeklődő tagjai előtt. A másfél órás beszélgetés alapján készült írás magán hordja a szóbeli műfaj nyelvi és tartalmi jellegzetességeit, és nem felel meg maradéktalanul a megszokott elvárásoknak, melyeket az olvasók hagyományosan a szaktudományos szövegekkel szemben támasztanak. A rögzített és szerkesztett kerekasztal-beszélgetés műfajával való kísérletezés azonban több szempontból is indokoltá válik.

Közös munkánk műfaja, módszere igyekszik alkalmazkodni a 21. századi tudós kutatók és a tudomány iránt érdeklődők időbeli lehetőségeihez. Egyrészt, hogy az elfoglalt szakembereknek beleférjen ez a találkozás a mindennapi életritmusába, és ugyanígy a hallgatóság is tudjon kevéske szabadidejéből egy (fél) estét a logoterápia és a logopedagógia témakörének szentelni.

A kerekasztal műfaj segít kiemelni és láthatóvá tenni, hogy a megszólalók – bár az elmélet oldaláról is közelítenek – mind gyakorló szakemberek, nevelők. A beszélgetés során figyelmet kaphatnak mindennapi küzdelmeik, erőfeszítéseik is.

Nem mellékesen az igazság keresésének és szeretetének évezredek hagyományát folytatjuk a dialógus műfajával. A dialógusnak ezt a kommunikációs értékét fedezték fel a közösségi oldalak is, és vonzerejükkel alakítják sok mai befogadó gondolkodását: így nem

1 <http://logopedagogia.hu/> (Utolsó megtekintés: 2015. 11. 17.)

idegen a 21. század befogadjától az a kommunikációs forma, amikor nem egy lineárisan felépített gondolatmenetet adunk elő. A közösségi kommunikációnak ebben a formájában a tagok röviden, tömören megosztják gondolataikat, amiket mások kommentálnak, vagy meglátásaikkal újabb irányt adnak a közös gondolkodásnak.

Végül az olvasói elvárások alakításához fontos ismerni a rögzített beszélgetés célját: inspirációt adni a nevelés és értelemkeresés témakörében, gondolatokat és párbeszédet indítani szakemberek és a tudomány iránt érdeklődők között. Ez a műfaj felhívja az olvasó figyelmét személyes felelősségére, és lehetőségeket, utakat is felvillant arra, hogy a 21. század gondolkodóit és nevelőit erő kihívásokra személyesen felelhessen.

A beszélgetés résztvevői voltak:

Uzsálné Dr. Pécsi Rita, tréner, igazgató, Pécs

Dr. Borsos Szabolcs, kutatótanár, Bohyai Farkas Elméleti Líceum, Marosvásárhely

Dr. Dobszay Ambrus, pedagógiai fejlesztő, Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet, Budapest

Dr. Gombocz János, tanárképző, professzor emeritusz, Testnevelési Egyetem, Budapest

Dr. Török Csaba, teológus, Esztergomi Hittudományi Főiskola tanára, Esztergom

A beszélgetést *Kautnik András, a Szent Gellért Gimnázium tanára* szervezte és moderálta.

Moderátor: Kérem, néhány szóban mutassák be, hogy az önök szakterületén, a nevelésről való gondolkodásukban és gyakorlati munkájukban hogyan függ össze az értelemkeresés és a nevelés!

Pécsi Rita:

Az elmélet és a gyakorlat közötti hídverés a feladatomban. Iskolaigazgatóként kétszáz tanárért, kétezer gyermekért és a hozzájuk tartozó családokért vagyok felelős. Nekünk is négy gyermekünk van, akik az értelemkeresés időszakát élik. Azt tapasztalom, hogy egyre nagyobb a szomjúság, a keresés az értelmes lét iránt. A szülők egyre inkább szeretnének felelős szülővé válni, valamint a tanárok

is egyre bizonytalanabbnak látszanak e téren, az iskolavezetők is keresik a helyüket a folyton változó világban. Kentenich atya (a Schönstatt Családmozgalom alapítója) pedagógiájával járom az országot, ami nagyon rimel Viktor Frankl gondolataira, a személyes kötődésekre, a bizalomra alapozott értelemkeresésre, ami saját eszményi eredetiségemnek megtalálása. A pedagógia területén ezt csak a tehetséggondozásban lehet valamennyire megtalálni – de lehet, hogy ezzel a kollégák vitatkozni fognak. A pedagógiai gyakorlat területén elveszni látszik ez a szál: hogy minden ember egyedi és eredeti, és ezt az eredetiségét kell kibontania. Sajnos az iskolai élet egészen más síkra terelődött az utóbbi években, néhány ígéretes jelszó ellenére. Ezt kutatom, és így értem a hídverést az elmélet és a gyakorlat között.

Gombocz János:

A pedagógiában az eklekticizmus híve vagyok, nem merem elkötelezni magamat se az egyik, se a másik, se a harmadik iránynak, mert úgy látom, hogy nagyjából egy irányba hatnak. Mindenütt az ember „hozatik elő”, mindenütt a mélység keresendő, mindenütt az egyéni foglalkozás, tehát létrehozni valami csodát. Annyira mások a pedagógusok is, annyira különböző emberek, hogy nehéz egy recept alapján, egy ritmust követve beküldeni őket az iskolába. Mindenkinek saját magának kell megtalálnia a maga ritmusát: a rigmusokat is, amiket majd ő elénekel, a vicceket, amelyeket elmesél, hisz valamennyien képesek vagyunk arra, hogy jól szerepeljünk ebben a műfajban. Illyés Gyulának van egy prózaversciklusa, amiben arról ír, hogy egyik nagybátyja művésze volt a gyerek megajándékozásának. Miket is hozott neki, a majdani költőnek, Illyés Gyulának a rácegresi puszta nyári homokjába? Hozott nagyítót, ez maga a csoda volt! Lángra lehetett vele gyújtani a száraz levelet, de az öreg újságpapírt is, mindent. Ez valami egészen csodálatos dolog! Következő évben beállított egy másfél-két méteres gumitömlővel. Mit lehet evvel csinálni? Megszippantva az egyik végét, üresre lehet a csordakutakat szívni. Aztán egycsovű messzelátót hozott: a borjárdi torony olyan közel került a messzelátóval, hogy úgy érzi a kisgyerek, megérintheti. Ez a csoda maga! Egyszer – emlékezik Illyés – komoly képpel állított be névnapomon a

nagybátyám, és azt mondta: most ajándékba a tenger morajlását adom neked. Valamikor Fiumében szolgált a haditengerészetnél, és egy ottani tengerészkatona-társához vitt el a szomszéd faluba, talán épp Borjádra. Az éjjeliszekrényen egy hatalmas nagy rózsaszín kagyló feküdt, és azt mondta: emeld a füledhez! Ott Borjádton, a negyvenfokos kánikulában, amikor a por az ember ujjá közé ragad: felzúgott a tenger! Elvettem a fülemtől, és megkérdeztem a nagybátyámat: tényleg a tenger? Tényleg a tenger, bólintott. Ez valódi csoda!

Azok a tanárok, akik a kezeink közül kerülnek ki, vajon élnek-e a csodatevésnek evvel az áldott tehetségével és szorgalmával? Ehhez szorgalom is kell, és gondolkodni is kell ahhoz, hogy értelmet adjunk a közös cselekvésnek.

Bármennyire rosszul hangzik, és félve mondom ki: a pedagógiai munka: kényszerítés. Rá kell kényszeríteni a „büdös kölköt”, hogy azt csinálja, amit én akarok, mert én egy kicsit jobban tudom, hogy neki mi az érdeke, mit, miért kell megtanulnia. Ezt viszont nem lehet azokkal az eszközökkel, amelyekkel a középkorban még a múlt században is sokszor éltek a pedagógusok: úgy meg-rúgom, hogy kiszáll az ablakon. Ezt ma nem szeretik az emberek, nem lehet ilyeneket csinálni, ezt trükkel, ügyességgel, pedagógiai leleménnyel, csellel lehet megvalósítani. Nem úgy kényszeríteni, hogy belehaljon, hanem úgy kényszeríteni, hogy azt érezze, ő maga szívesen csinálja. Megtalálni a kényszerítésnek ezt a kedves, pedagógikus, cseles és nagyvonalú, a gyereket megajándékozó módját. Ez rettenetesen nehéz!

Török Csaba:

Frankl forrásvidékeinél ott van a zsidó hagyomány, a filozófiai és vallási hagyomány. Ennek hiteles lenyomata, a Teremtés könyve, ami rögtön így kezdődik: „...és mondá az Isten”. Ez azért nagyon fontos, mert az Isten első cselekvése gyakorlatilag az, hogy beszél. Nem a kezeivel tesz valamit, nem hatalommegnyilvánulásai vannak, hanem beszélni kezd. A szavainak az az érdekes vonása, hogy amit mond, az úgy van: „legyen, és lett”. Állandó ritmikáját adja ez a szövegnek, aminek nagyon érdekes a következménye: a zsidó ember az Ószövetségben úgy éli végig az életét, hogy mi vagyunk

azok, akik beszélgetünk. Akikhez az Istennek szava van, és akiknek szava van az Istenhez. Ez nem olyan, mint egy zűrzavaros imádság vagy valamiféle bálványimádás, hanem van benne valami „vegyszirta, kristálytisza”. Ez a kereszténységnek is egy sajátos öröksége lesz, hiszen Szent Pál ebben az értelemben beszél arról, hogy a hit a szabadság hódolata, ami mindig logiké, vagyis értelmes, logoszerű hódolat az Isten előtt. Mivel minden, ami van, azért létezik, mert kimondta az Isten, ezért mindennek logosza van, szava van és értelme van. Az az emberi magatartás valóban emberi és valóban szabad, ami a logoszok találkozásából formálódik: az Istenéből, a dolgokéből, az enyémből. Ebben az értelemben mondja az első nagy római keresztény iskola alapítója, Szent Jusztinosz a II. században: minden dolognak van egy elrejtett belső magja, ez a *logoi spermatikoi*, a magyszerű logoszok, a magyszerű értelmek. Ez az oka annak, hogy minden ember képes bármiről, bárkivel értelmesen elbeszélgetni. Ez az oka annak is, hogy az igazán emberi kérdésekre található válasz. Ez nem vallás függvénye.

Miért bocsátottam mindezt előre? Az értelemadás vagy értelemtalálás mindig felveti azt a kérdést, hogy ez mennyire szabad, mennyire szubjektív, mennyire semmitől sem kötött aktus. Vagy vannak-e kötöttségei, ahol például a kényszer felveti azt a kérdést, hogy egy gyerek szabadon adhat-e értelmet bárminek, bárhogyan és bármiképpen, vagy van-e a logosznak, az értelemnek egyfajta gyökérszeme, egyfajta kötöttsége? Ez önmagában elvont kérdésnek tűnik, azonban Karl Jaspers nagyon jól rávilágít arra, hogy egyáltalán nem elvont. Hiszen az értelemadás nem pusztán arról szól, hogy egy adott pillanatban jól érezzük magunkat tőle, és egyszer csak lett értelme a dolgoknak. Érkeznek majd az életben az úgynevezett „határhelyzetek”, ahogy Jaspers mondja. Határhelyzet az, ahol a saját korlátomba ütközöm. Egyébként határhelyzet az, amikor egyest kapok a dolgozatra. Nem amikor előre tudtam, hogy egyes lesz, hiszen egy szót sem írtam a papírra. Az nem határhelyzet, az őszinteség. Határhelyzet az, amikor úgy érzem, én megtanultam, mégis megbukom. Határhelyzet az, amikor lefagyok egy szituációban, és lehet, hogy fizikailag lenne erőm, lenne intellektusom, de mégsem tudok semmit tenni. Ezek kicsi halálok. Jaspers szerint ezek a helyzetek épp az értelemadásunkat teszik mérlegre. Az értelem, amit

az adott dolognak, az adott ügynek, az adott emberi viszonynak adtam: teherbíró-e vagy sem? Kibírja-e a határhelyzetet vagy sem? Itt jutunk vissza ahhoz, hogy a fundamentális teológiában (én azt tanítok elsődlegesen, és emellett filozófiai tárgyakat) az az igazán izgalmas kérdés, hogy az értelemadást mennyivel előzi meg az értelemmel bírás. Az értelemadás mennyiben felülfeltételezi azt, hogy az egyénnek, a személynek, akár a viszonyoknak, dolgoknak a világban van-e önálló értelemalapja, ami önmagában áll, függetlenül az én szubjektivitásomtól? Ezek az elméleti szintű kérdések a logosz és a nevelés kapcsolatában.

Ha a hátunk mögött kifüggesztett Szókratész-portréra visszanezünk, két gyakorlati szempont jut eszembe. Az egyik, ami nagyon izgalmas, hogy ő a nevelő, a pedagógus funkcióját a bábához hasonlítja: a mi diskurzusunkra lefordítva az értelem soha nem olyasmi, amit kívülről adok akár az egyén életéhez, akár a dolgokhoz. Nem olyan, mint egy matrica, amit ráragasztok, egy hűtőmágnes, amit odateszek, leveszek, átviszem, hanem annak belső születési folyamata van. A nevelőnek itt van elsődleges, „bábaszerű” funkciója. A másik pedig, hogy Szókratész egyfajta univerzális hőssé, példaképpé válik. Az ókori egyházatyák azt mondták róla: „Krisztus előképe”, a legnagyobb „pogány próféta”. Az ő életében is eljött az a határhelyzet, ahol az értelemalapot mérlegre kellett tenni. „Életben maradhatsz, ha...” Az a kérdés, hogy élhet-e egy ember úgy, hogy önmagát tagadja meg. Az önmagamhoz való hűségemnek van-e annyi értelemalapja, a saját logoszom van-e annyira erős, hogy ebben a határhelyzetben is megtart, hiszen a végső határhelyzet az élet és a halál határhelyzete. Ilyen szempontból érdemes olvasni Szókratésznek nemcsak a védőbeszédét, hanem a börtön alatti beszélgetéstörédekeit is, amelyek Platónnál megőrződtek (ki tudja, mennyire hitelesen). Mindenesetre bennük ott van az az alapvető tudatosság: én mondtam valamit, én tanítottam valamit, én adtam egy mintát – ha szabad így mondani –, volt egy logoszom. Én most beismerem az egész világ előtt, hogy a fizikai vagy biológiai létezésem ebben a pillanatban ellentétbe kerül ezzel az egésszel, ami eddig az életem volt, ami én vagyok. Szókratész ezt teljesen világosan végigfutja, mielőtt meginná a bürökkelyhet. Ilyen értelemben ő az értelemalapot mérlegre tevő határhelyzetben hoz döntést.

Borsos Szabolcs:

Azzal kezdeném, hogy már eleve értelemkeresés, hogy tulajdonképpen mit keresek én itt. Nagyon örülök, hogy bekapcsolódhatok ebbe a beszélgetésbe. Tudniillik már évek óta a szívemen viselem azt a kérdést, hogy az anyaország és a határon túl lévő magyar területek között, ott, ahol még létezőnk, és magyarul tanítunk gyerekeket, ráadásul tehetséges gyerekeket, szakmai kommunikáció legyen.

Röviden a Bolyai Farkas Elméleti Líceumról néhány szót szólnék. A Török Csaba atya által elmondottakhoz kapcsolódva a határhelyzeteket én úgy fogalmazom meg, mint kudarcutató, a kudarcok feldolgozása. Négyévente közel ezer embert tanítok, ez hatalmas szám, tekintettel arra, hogy filozófus, filozófia szakos tanár vagyok. Ennek a nagy számnak oka, magyarázata a román iskolarendszer. Ember- és társadalomismeret címszó alatt 9. osztályban kötelező módon heti egy órában logikát tanítunk, 10. osztályban lélektant, emellett még kötelezően vállalkozói ismereteket, 11. osztályban közgazdaságtant tanítunk, és szociológiát is némely társadalomtudományi szakosztályon belül, és végül 12. osztályban konzakrált filozófiát. Ez azt jelenti, hogy minimum heti egy órában, kötelező jelleggel találkoznak a filozófiával. Tehát a Jaspers-idézetet már ismerik a gyerekek, rögtönzést is írtak ebből érettségi előtt.

Érint engem a téma mindenképpen olyan szempontból is, hogy a Kutató Tanárok Országos Szövetségének egyik alapító tagja lehettem, ami Budapesten jött létre a 2000-es évek elején. A Kutató Diákoknak is mentora vagyok, több mint tíz éve diákokat készítetek fel erre a versenyre, amit „Tudóknak” nevezünk, és tavaly is szép eredményeket értünk el, ezt a Bolyai Farkas Elméleti Líceum nevében mondom.

Az értelemkeresésre visszakanyarodva úgy látom, legalábbis abban az interakciós helyzetben, amelyben élem a mindennapjaimat tanárként a diákjaim között, hogy a diákjaim nagyon inspirálnak engem. Ezt ők érzékelik, látják, hogy „veszem a lapot”. Természetesen továbbgondolásra vissza is adom nekik a labdát, így olyan érdekes helyzet alakul ki, amit én kreativitásnak írok le.

Logikát is tanítok, ezt egyfajta alkalmazott logikaként próbálom megszövegezni. Most éppen három szerzőtársammal egy ilyen gyakorlati kézikönyvet próbálunk megszerkeszteni és majd a kollégák, szülők, felnőttképzésben és -oktatásban érdekeltek rendelkezésére bocsátani.

Dobszay Ambrus:

A gyakorlatból, a közoktatás világából érkezve legelőször hadd kezdjem egy történettel. Mielőtt az OFI-ba (Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet) mentem, az utolsó iskolám a Ferencvárosban volt, ez a Weöres Sándor Általános Iskola és Gimnázium. Egyedülálló módon az országban egész évben üzemelő jégpályája van, és a kerület általános iskolásai mind oda jönnek be, a kollégáim tanítják a kicsi gyerekeket korcsolyázni. Igazgatói aláírás előtt megnéztem a naplót, hogyan is lehet beírni, mi zajlik a korcsolyaórákon. Nos, egymás után tíz órán át nem csináltak egyebet a napló szerint, mit ezt: lépegetés, esés, felállás. Nagyon találónak érzem ezt a tananyagot. Tizenkét iskolai év során nem is kéne mást, csak ezt tanítani: lépegetés, esés, felállás. Szerintem amikor az értelemkeresés helyét keressük a pedagógiában, akkor erről kéne hogy szó legyen. A kudarcból való felállás, a megküzdés tudományát kellene az embernek elsajátítani az iskolában. Sajnos az iskola nagyon gyakran ezt tanítja: lépegetés, esés, lépegetés, kikerülés, leülés. Ez a leülés a tanult tehetetlenség. „Nekem ez úgysem megy.” Ezt az attitűdöt sajátítja el a gyerek az iskolában: az elkerülés, kikerülés, kompenzációs technikáit. Ez bizony nagyon félrevisz, és nagyon sikeres ember lehet valaki úgy, hogy sohasem azt csinálja ténylegesen, amit csinál, hanem csak úgy csinál, mintha valamit csinálna. Mintha lépegetne. Ez is meghozza az eredményt abban az értelemben, hogy előbbre lépett, de közben kicsúszik alóla az értelem, a dolog valódisága.

Ma itt logopedagógiáról lenne szó. Tehát nem a logoterápiáról, hanem az értelem kereséséről a nevelés folyamatában. Egyébként hogy az iskola és a terápia összefér-e, arról is lenne mit beszélni. Hogy szükség volna rá, az nyilvánvaló. Igazából az a kérdés, hogy az iskola képes-e nevelni. Amikor én gyerek voltam, akkor a mi családjunkban az volt a kézenfekvő, hogy az iskola minket ne neveljen, mert minket otthon neveltek. A kettős nevelés korszakában

nőttem fel. Ma már mi, pedagógusok egyre inkább azt éljük át, mennyire szükség lenne arra, hogy az iskola neveljen. Azt szeretnénk, hogy az iskolában élet legyen; a tanítás a valósággal, a gyerek életét valóban érintő kérdésekkel foglalkozzon, a gyereket a valós életproblémák megoldására, a megküzdésre készítse fel vagy azt kezelje. De ma olyan iskolát működtetünk, amelyik nem ilyen. Újra és újra nagy pedagógusegyenlőségek nekifutnak ennek a kihívásnak, az iskola az étellel kapcsolatba kerüljön, és a valós kihívásokra készítsen fel. Aztán mindig belefásulunk abba, hogy jobb lesz, ha maradunk a másodfokú egyenletnél és Janus Pannonius születési évszámánál. Egyébként a társadalom is elvárja, hogy az iskolában neveljék a gyerekeket a gyakorlati élet kihívásainak megfelelni. Sok ilyen kezdeményezés van, amelyik mindig azt reméli, hogy a gyereket az iskolán keresztül elérheti. Most például épp a biztosítók várják pedagógiai intézetunktől, hogy az öngondoskodást tanítsuk meg a gyerekeknek. És igazuk van. De ezeken kívül még számos olyan dolgot tudnánk mondani, ami nélkül a gyerek úgy fog kijönni 18 évesen, hogy „béna” és „suta” lesz. Ezek mind fontosak, de a legfontosabb az lenne, hogy az értelmes életre, az értelmes élet igényére neveljen. Ma az ezerféle kihívás közepette nem találja helyét az iskola, de talán az egyes tanár–diák kapcsolatban mégis valami lehetőséget, keretet ad hozzá.

Ami nekem még fontos volt a logoterápiáról olvasva, hogy ez nagyon szituatív, konkrét élethelyzetekhez kötött megoldás, megoldási út vagy módszertan. Ha az iskola valóban a gyerek konkrét élethelyzeteire reflektálna, ha építkezne az ő tapasztalataiból, akkor nagyobb tere lenne, és akkor beszélhetnénk logopedagógiáról is. Amit a bevezetőben Sárkány Pétertől idéztünk, abból is ez következik, miszerint „a mindenkori szituáció értelemlehetőségeire” akarja felhívni a figyelmet. Lássá meg az életében a döntéshelyzeteket, tudomása legyen arról, hogy szabad akarata van. A kényszerítés ennyiben most nekem nem egy kézenfekvő fogalom, mert szerintem a logopedagógiában, logoterápiában alapvető a szabad akarat jelentősége. Inkább a mi bizalmunknak kéne megelenni abban, hogy ha az ember a legmélyére leszáll, ha határhelyzetben van, akkor szabad akaratából a jó mellett fog dönteni. Ez nagy bizalmi kihívás minden pedagógus számára. A megküzdésre és a döntéshelyzetekre

való felkészültséget kellene fejleszteni a gyerekekben, de szerintem mostani állapotában az iskola erre nem alkalmas.

Moderátor: Először is szeretném megkérdezni, hogy egymás álláspontjára kívánnak-e reagálni.

Pécsi Rita:

Képes-e az iskola nevelni? Kentenich atya mondja, hogy a dolgok kis prófétákká válnak. Minden helyzet kis prófétává tud válni, az eseményeket ebben a dimenzióban látni, láttatni fontos nevelési feladat. Kentenich atyának az a gondolata is eszembe jut, hogy csak a nevelt nevelő képes nevelni. Egyszerűbben fogalmazva azt, hogy az iskola mire képes, az fogja meghatározni, hogy az az ember, aki oda bemegy, észreveszi-e a döntéshelyzeteket. Az, hogy az öngondoskodást meg tudja-e valaki tanítani, attól fog függni, hogy a saját életében, az osztály életében, az adott órán észrevette-e a döntéshelyzeteket. Illetve még egy dologtól, az érzelmi intelligencia kultúrájától és szintjétől abban az intézményben, tantestületben, no meg magában a pedagógus személyében. A nevelőt is segíteni kell abban, hogy a szakmai helyzeteiben „kis prófétákat” lásson. Ellenkező esetben felülkerekedik az, ami a pedagógusokat nagyon fárasztja, a végeláthatatlan, értelmetlennek tűnő feladatok, az adminisztráció szülte kiégés. Amikor bemennek az órára, nem lesz bennük a diákokra is átszálló lelkesedés: „Van értelme itt lenni, van értelme a közös munkának!”

Gombocz János:

Tisztelem a tanuló szabadságát, és lehet, hogy a kényszerítés nem a legpontosabb kifejezés, de tarthatatlan és szakmailag bírálható, hogy a tanuló pillanatnyi érdeklődése határozza meg, hogy az adott napon mi történjék az iskolában. Így nem lehet tantervet készíteni, nem lehet csoportokat alkotni, így mindenkit személyesen kellene nevelni, mert mindenki maga döntene arról, hogy épp mi érdekli. Meg kell tartani bizonyos kereteket, ezek közül kiemelem az osztályt, a közösséget, hiszen a testnevelésórán valakinek passzolni kell, énekelni is más együtt, mint otthon egyedül a fürdőszobában. Igazán fontos kérdés tehát az, hogy ebből az együttlétből lesz-e

közös munka, ennek a közös munkának pedig lesz-e élménye és tanulsága. Az ilyen értelmes együttlét megteremtése a pedagógus feladata, erre kell őt felkészítenie a tanárképzésnek.

Dobszay Ambrus:

Az iskola mint hatótényező folyamatosan visszaszorul a gyerek életében. Miközben mindenki az iskolán keresztül próbálja megszólítani a gyereket, a gyereket magát egyre kevésbé szólítja meg maga az iskola.

Török Csaba:

Elgondolkodom, hogy mennyiben terheljük túl az iskolát mint alrendszer. Célja van, funkciója van a társadalmi egészen belül, szerepköre van. Természetesen lehet arról folytatni vitát, hogy a mai társadalomban hogyan változik meg az iskolának a funkciója, de az, hogy ráterheljük az iskolára, amit a családnak, az emberi kapcsolatoknak, a társadalmi csoportoknak kellene nyújtani, zsákutca. Azonban a család is azt éli meg, hogy egyre kevésbé hat a gyerekre, és egyre inkább az a kérdés, hogy a régiek helyett hol alakulnak ki új találkozási pontok.

Moderátor: Úgy tűnik, hogy az értelem keresésének a kérdése – az oktatás területén – nem választható el sem a közösségi vonatkozásoktól, sem pedig az egyén, a tanuló szabadságának kérdésétől. E két témakör mögött valójában az áll, hogy az előző generáció tud-e párbeszédet folytatni a következővel, el tudja-e fogadtatni azt, amit mint idősebb generáció értéknek tapasztalt meg. Ebből adódik a kérdés, hogy megszólítható-e a mai fiatal, tizen-húszéves korosztály? Elsősorban nyilván az értelmes életre, a felelősségre nevelésre, az értékek felmutatására, átadására gondolhatunk. Az eddigi megszólalások alapján közös felelőssége van az oktatásnak mint keretrendszernek és személyesen a pedagógusnak is.

Gombocz János:

Jelenits István azt írja, hogy amikor ő ifjú tanárként bekerült a piarista rendszerbe, kollégiumi nevelőtanár lett, és nagyon irigyelte az egyik jó hangú kollégáját, aki a *Serkenj fel, kegyes nép* csodálatos

harsány eléneklésével ébresztette a diákokat, és a diákok, mert olyan hangosan énekelt, kényszerből fölébredtek. De ő nem tudott, nem is szeretett énekelni. Hosszan gondolkodott, hogyan tudná kizavarni az ágyból ezeket a reggel szívesen alvó gyerekeket. Az általa kitalált ötlet eleinte nehezen indult, de később hihetetlen jól működött. Azt mondtam nekik, emlékezik vissza Jelenits, keljeteek föl, érdemes fölkelni. És akkor kérdezték a tanítványok, hogy miért volna érdemes fölkelni. Erre ő mindig új és új magyarázatokat mondott, amikre ő jó előre fölkészült. Azt mondja, hogy a *Serkenj föl, kegyes népre* már nem emlékezett senki, de a 40-50 éves találkozókon visszahallotta: Tanár úr, érdemes fölkelni! Ez egy olyan fordulattá vált a Kecskeméti Piarista Kollégiumban, amire máig emlékeznek tanítványai.

Azóta sokat változott a diákság, ifjúság, de megszólítható. Ha jól szólítják meg, ha ismerik, akkor jól reagál. A pedagógushallgatóknak csak kis része tudja, hogy felelőssége lesz ebben. A következő generáció megszólítása adekvát pályamotívum lenne, de a hallgatók nagy része nem ilyen alapon választ.

Ha pedagógusok diákokról folytatott beszélgetését hallgatjuk, hamar kiderül, hogy az egyik sok mindent tud a tanulóról, kik a testvérei, milyen a családjá, mit sportol, mi érdekli, a másik tanár meg szinte semmit. Nos, az előbbinek sokkal nagyobb esélye van olyanul megszólítani a tanulót, ami érdekli, amibe szívesen bekapcsolódik, aminek látja értelmét.

Csak megtalálja-e mindenki ezt a formulát, amivel fölébreszti a gyereket? Van-e elég szorgalma hozzá? Az erre való felkészítésben áll a pedagógusképzés lényege.

Pécsi Rita:

Azt hiszem, nagyon könnyen kapcsolódom a tanár úrhoz ebben a kérdésben. Azt tapasztalom, hogy aki tényleg oda tud lépni a gyerekekhez, így mondja a Kentenich-pedagógia: érzékeléskapcsolatba kerül, tehát bele tud érezni az adott élethelyzetébe, biztosan meg fogja találni azt, amivel őt meglehet szólítani. Egy kis érdekes esemény, személyes példa tanított meg erre: kicsik voltak a gyerekeink, játszanak. Én mosogatok, nagyon jól éreztem magam, mert se nem írok, se nem olvasok, velük vagyok, jaj de jó! Egyszer csak odajön

az egyik, és rángatja a szoknyámat. Kérdelem tőle, mi a gondod. Hát anya, a szemeddel figyelj! Ez úgy bennem maradt. Aki úgy mond „a szemével”, azaz egész lényével képes figyelni a másik emberre egy szituációban, akármilyen generációt meg tud szólítani.

Borsos Szabolcs:

Például a 12. osztályban kötelező módon kell az eutanáziáról beszélni filozófiaórán. Tavaly történt: elméleti fejtegetéssel elkezdtem mondani, hogy aktív és passzív formája létezik, hogy ez egy jogi probléma is stb. Akkor az egyik diák azt mondja, hogy de tanár úr, van egy fantasztikus film, meg kéne nézzük ezt a filmet, és utána beszéljünk róla! Akkor jövök az én ötletemmel: írtok egy dolgozatot a filmről, de nem adjátok be nekem, hanem mindenki felolvassa mindenki előtt, majd közösen megbeszéljük, hogy kell a dolgokat érteni. Az interakció lényege, hogy ő jön egy javaslat-tal, én nem söpröm le az asztalról a témát, hanem azt mondom, gondoljuk meg, fontoljuk meg. Ha arról van szó, demokratikusan szavazzátok meg, mit szóltok hozzá.

Egy másik dolog, amire rájöttem, hogy ők egymást is valami-képp nevelik, mindenképpen hatnak egymásra. Most derül ki, hogy van olyan diák, aki még életében nem tett olyat, hogy föláll, és felolvassa az osztály előtt írását. Nálam a diákok megszólítása interakcióban történik.

Török Csaba:

Megjegyzem, ami ebben nagyon izgalmas, hogy például egy papneveldeben azért nagyon könnyű nevelni, mert ott hat évre be van zárva, interakcióra van kényszerítve az ember. Világos, hogy ez egy gimnáziumban nem történhet meg. Itt, a Szent Gellértben is tanítottam: megszoktam, hogy egy anyaggal a hónom alatt lépek be a terembe, de ez még nem jelenti azt, hogy erről fog szólni az elkövetkezendő negyvenöt perc. A testnevelésórák csoportbontásban történnek a hittannal. A lányoknál olykor öt perc volt, mire fölveszi az ember, hogy ők hogyan jöttek ma be: olyan mélyen befolyásolta őket pillanatnyi érzelmi állapotuk, ahogy a fiúknak ugyanabban az életkorban ilyen mértékben még sosem tapasztaltam. Ezen a ponton a papi szolgálat meg a tanári szolgálat hasonlít egymáshoz.

Ez folyamatosan fölvet egy más jellegű kérdést: amennyiben a pap sem külsődleges adminisztrátor, hanem lelki vezető vagy pásztor, akkor ez az érintkezési felület szükséges nevelő-pásztor és nevelt között, de ez nem megy a nagy számok törvénye szerint. Van egy határ, nem tudok érintkezni, nem tudok akármennyi embertől akárhány pillanatot, érzést, helyzetet fölvenni. Innentől kezdve világos, hogy ez egy új típusú gondolkodást is kíván azokról a keretekről, amelyekben belül nevelni vagy oktatni próbálunk. Véges vagyok időmben és egyáltalán emberi pszichémben. Nem tudok elmenni a végtelenig. Tehát ez valószínűleg előbb-utóbb a rendszerre magára is kérdéseket vet föl, hol találjuk meg a jó felületeket vagy kereteket egy ilyen típusú, mondhatni érzékeny pedagógiához.

Talán a közoktatás és a felsőoktatás területéről is méltatlanul mellőzött kollégiumi nevelés adhatná meg a nagyobb, élményszerűbb találkozási felületeket tanár és diák között. Érzésem szerint nagyon hiányzik az a közös élmény, hogy a professzor csak átsétál a kampuszon, és megáll beszélgetni diákjaival. Ekkor nem a direkt nevelés és oktatás a célja, mégis inspiráló és motiváló lehet ez a találkozás.

Dobszay Ambrus:

A bevezetett kötelező közösségi szolgálat a mai köznevelésnek nagyon fontos kitörési pontja. Ez is egyfajta kényszer, keret, de tartalmára nézve szabadságot kap a tanuló, sőt a szolgálattal a végső szabadságra való nyitottságot. A másik, amivel Csaba atya mondatára szeretnék reagálni, hogy a papnevelés és a kollégium mennyire jó keretet adott mindehhez. Nekem két gyerekem is kollégista volt, ők nagyon sokat köszönhetnek a zárt kereteknek: a közösséget, az élményt, a ráérést, az időt, a figyelmet, a lelki vezetőt, tehát egy sor lehetőséget kínál a kollégiumi nevelés mint keret. Talán ellensúlyozná azt a méltánytalanságot is, ami a magyar gyerekek nevelésében jelentkezik, hogy az egyik mindent megkap az élettől, sportot, művészetet, idegen nyelvet, a másik meg semmit. Az iskolának kellene mindezt a lehetőséget nyújtania, és persze kvázi a lelki vezetőt is, azt a pedagógust, aki ráér, aki hajlandó vele leülni. Sokkal ráérősebb iskolának, egy, az időt egyenletesebben elosztó iskolának kellene működnie.

Pécsi Rita:

Engem megszólít a „ráérős” tanár képe. Amíg a növendék nő, vezetni kell. Erre a kapcsolatra jó szó az előljáró, aki nem kényszerít, hanem valami jobb, valami több felé mutat utat. De ha nincs ilyen személy, nincs személyes, „szemmel” való figyelem, megszólítás, akkor majd valamelyik elektromos kütyühöz fog fordulni a gyerek ezért az élményért. Onnan legalább valami zenét és képet kap...

Moderátor: A nevelő kereteket, a diákok megszólításának lehetőségét tágabban értelmezve kérdezem Borsos Szabolcstól, hogy Ön szerint a kisebbségi lét olyan létforma, keret, ami kinyitja az embert a határhelyzet, az értelem, a szituáció értelmének a megragadására, akár a generációk szorosabb együttműködésére?

Borsos Szabolcs:

Sajnos ezt a kérdést leginkább politikai értelemben tárgyalják. Azonban én a Németh László-féle felfogásban hinnék, és azzal értek egyet, amit a minőség forradalma alapján ő gondol a kisebbségi létezésről. Nagy hatással voltak rám középiskolai tanárain, és ők valamiképp erre neveltek engem és a mi osztályunkat is: ha már kisebbségi létbe kerültünk, így alakult az életünk, akkor bizonyára többet kell tanulnunk, szorgalmasabbnak kell lennünk. '89-ben érettségiztünk olyan középiskolában, ahol egyetlen egy magyar osztály létezett a többi nyolc-kilenc román mellett, éppen hogy megtűrtek bennünket. Sok nehézség volt, de kiváló pedagógus-tanárok tanítottak. Hála Istennek ez megmaradt a mai napig is az én emlékezetemben. Létezőnk, ott vagyunk, mozgunk, és mindenképpen elképzeljük a jövőt a magunk számára. Ez a lényeg, és keressük a kommunikációs csatornákat az anyaországban élő különböző szervezetekkel és közösségekkel, hiszen a közösségi nevelés az, amit egyre fontosabbnak tartok. Fölkaptam hirtelen a fejem, amint a kolléga említette a közösségi szolgálatot. Egy ilyen projektben dolgozunk, létrehoztunk egy egyesületet. Alapvető célkitűzés az, hogy különböző tehetséggondozási folyamatokat próbáljunk megtervezni, főleg pályázatokat próbáljunk meg kiírni középiskolás

diákoknak, ami elsősorban a közösségi életre való nevelésének a fontosságáról szól.

Az értelemkeresés nekem most már a közösségi életre való neveléssel függ össze, amelyre Székelyföldön élő példáink vannak. Csíkszereda mellett néhány faluban még él a tízes kultúra hagyománya, amely emberi szolidaritást és takarékos szemléletmódot jelent elsősorban. Az értelemkeresés aktuális mintájaként és erőforrásként tanulhatunk ezektől a mozgalmaktól (vö. <http://metanova.ro/blog/tudasbazis.php>).

Abstract

Search of Meaning and Education. Round Table Discussion on Logopedagogy

Keywords: *logotherapy, emotional intelligence, failure, struggle, meaningful life, different generations, values*

Experts of different fields of pedagogy (headmasters, priest and teacher trainers, secondary school research professors and experts of curriculum development) participated in the round table discussion concerning the topic of pedagogy and students' "search for meaning". The 21st century schools have to face many challenges nowadays, including the need to support students to find more meaning in their lives. This aim can be fulfilled by developing students' emotional intelligence, as well as improving their ability to tolerate failure and struggle at school. One of the most crucial issues related to this topic deals with the ways in which the society of adults can address representatives of the next generation, whose views and values are significantly different from that of the previous generations.

ELŐADÁSOK

Zsók Ottó

Viktor Frankl és a spiritualitás¹

Kulcsszavak: *spiritualitás, szellem, Frankl levelezése, bála, lelkiismeret, szabaddulás, új kezdet, Tilly, Elly, Stella*

Aligha lehetne jobb meghatározást találni a spiritualitás fogalmának, mint ha azt mondjuk: *a szellem és a szellemi megtestesítése* egy ember életében, avagy egy művészi alkotásban [például egy festményben, egy katedrálisban vagy egy klasszikus szimfóniában] teszi ki a spiritualitás lényegét. Ha egy olyan ember magatartását szemléljük, aki a földi poklot – azaz négy náci koncentrációs tábort – megjárva, elszenvedve és túlélve, mégis szilárdan ragaszkodik az immár ifjúkorában részesült mély belátáshoz, miszerint az értelmesség föllelése minden szituációban az igazán emberi, a *homo humanus* sajátossága, központi, illetve eredendő motivációja, akkor a bécsi pszichiáter és orvos-filozófus, Viktor Emil Frankl (1905–1997) alakja tűnik fel lelki szemeink előtt. Mit tanulhatunk tőle a spiritualitásra vonatkozóan?

A földi pokolból kiszabadult Viktor Frankl azt mondja alig egy évvel később egyik Innsbruckban megtartott előadásában: „És nem tudom, hogy például egy olyan embernek, aki, tegyük fel, egy koncentrációs táborban volt, az árokban állt és Istenhez fohászodott, nem tudom, hogy egy ilyen embernek lehetséges lesz-e

¹ Viktor E. Frankl leveleiből (1945–1949) összeállított eszmélődés, háromórás intenzív szeminárium a kórházi lelkészek részére a budapesti Irgalmasrendi Kórházban (Frankel L. u. 17–19.) 2015. június 4-én, 9 órától 12 óráig. Az itt közölt szöveg kissé módosított és rövidített változata a szemináriumi szövegnek.

valaha is egy előadóteremben a katedrán állva, mondjuk pontosan itt ebben a teremben, Istenről beszélni mint ugyanarról [az ősválóságról], akihez ő akkor és ott, a halálárookban fohászkodott”.²

Viktor Emil Frankl 1945. április 27-én szabadult ki a türkkheimi koncentrációs táborból, amely számára a negyedik és utolsó fogolytábor volt. Amerikai – Texasból származó – katonák szabadították ki a félhalott foglyokat. A nagyobb nyilvánosság csak 2005-ben fedezhette fel először, hogyan érezte magát, mit gondolt, és mit élt át bensőleg – lelkiileg – a bécsi orvos-filozófus a szabadulás utáni első hónapokban és években.

1945. augusztus 15-től Viktor Frankl már Bécsben volt. Nagyszerű előadásokat tartott a népi főiskolán, amint ezt már a háború előtt is tette. Ám igazán örvideni a sikereinek mégsem tudott. Habár abban az időben pszichiáterként is dolgozik a bécsi kórház idegklinikáján, 1945. augusztus közepétől 1946. április közepéig – vagyis nyolc hónapon keresztül – Frankl a lelki sötétség hatalmaival viaskodik, átélve a végső magányt, az elhagyatottságot, az elszigeteltséget és, igen, a kétségbeesést is. Naponta kell döntenie arról, hogy – mindenek ellenére, amit elszenvedett – *mégis igent mondjon* az életre.

A spiritualitás egyik (talán első) alapelve: ha már élek, akkor igent mondom arra, hogy az Örökkévaló is – öröktől fogva – igent mondott a létemre, énrám. Elfogadom az életemet. Beleegyezek földi létembe. Igenlem azt. Megpróbálom kifejezni és megtestesíteni azt a nagy igent, amit az Örökkévaló öröktől fogva mondott énrám.

Tegyük hozzá: az így felfogott spiritualitás nem a test és a testi élet átszellemiesítését jelenti, [mint ahogyan ezt – nemcsak a kereszténységben, hanem más vallásokban is – többen félreértették], hanem *a szellem és a szellemi megtestesítését*, kifejeződését a konkrét mindennapi emberi életben.

Igent mondani saját földi életemre s a benne egyre inkább kifejeződő szellemire – ez bizony egy hosszabb, hullámzó tanulási folyamat. A *szellemi* és a *Szellem* fogalmával asszociálom a több

2 V. E. Frankl: Zeit und Verantwortung [Vortrag in Innsbruck, 19. Februar 1947]. In: uő: *Der Wille zum Sinn*. Piper Verlag, München 1991, S. 67. – Saját fordítás.

fényt, a több értelmességet, az egyre inkább tisztuló szeretetet, az alkotó módon létrehozott művészi és életművészi műveket, a bölcsességet, a megkülönböztetés képességét, továbbá azon [szellemi] erőt, amely mint dacoló, formáló és irányító hatalom a szenvedést is, ha megváltoztathatatlan, elfogadja, vagy pedig, ha változtatható, leküzdí és visszaszorítja. – Nos, megérzésem szerint a következő sorokban fejeződik ki ez a fajta Szellem, szellemi és szellemisség:

„Úgy fogadd el életedet, *amilyen!* / Ne gondold: »*Lebetne másmi-lyen*«. / *Egyetlen* napodat se átkozd el! / Amit viselned kell, *viseld el!* / Ami valaha is utadon felbukkan, / *Áldd meg, és áldott leszél* majdan!”³

Szerintem ezt élte meg Viktor Frankl is, különösképpen a 40. életéve után, amikor már kiszabadult a koncentrációs lágerből és visszatért Bécsbe, remélve, hogy képes újakezdeni életét. Az akkori, gyötrelmes hónapokban írt leveleiből, amelyeket első ízben 2005 februárjában tettek közzé, mély bepillantást nyerhetünk lelkiállapotába.⁴

(1) 1945. május 3-án kelt levél

A Genfben székelő Vörös Kereszt számára írt rövid hír, amit Wilhelm és Stepha Börnernek – Frankl barátainak – továbbítottak.

„Kiszabadultam a koncentrációs táborból, Istennek hála egészen, anyámat és feleségemet elhurcolták. Nincs róluk hírem.

Viktor”⁵

3 Bó Yin Râ: *Útmutató*. Tarsoly Kiadó, Budapest 2015, 134.

4 A továbbiakban a második világháború utáni első években írt leveleiből idézek, főleg ezekre támaszkodva az itt szóban forgó téma kifejtésében. A szögletes zárójelben [...] feltüntetett szöveg az én megjegyzésem, a vonatkozó téma értelemszerű kiegészítése, továbbgondolása. A kerek zárójelben feltüntetett három pont (...) a kihagyást jelöli az eredeti szövegben. A leveleket kissé rövidített és összevont formában idézem saját fordításban. Világosan kidomborodik belőlük az a szellemi tartás – az a fajta spiritualitás –, amely Frankl professzort képessé tette arra, hogy – a szörnyű szenvedések és veszteségek ellenére – mégis *igent* mondjon az életre. A fordítások forrása: Viktor E. Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1: ...trotzdem Ja zum Leben sagen. Und ausgewählte Briefe 1945–1949*. Herausgegeben von Alexander Batthyany, Karlheinz Biller und Eugenio Fizzotti, Böhlau Verlag, Wien–Köln–Weimar 2005, 121–197.

5 Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 178.

→ E rövid sorból én azt veszem ki, hogy *a hála* lényeges eleme a spiritualitásnak. A hálaérzés, a hálatett, a hálából fakadó köszönetnyilvánítás, a hálaima – ezekről van itt szó. Beszéljünk erről, saját meglátásainkra, tapasztalatainkra támaszkodva. Például: miért, milyen kapott javakért lehetek én magam hálás? Ami nekem még itt fontos, azt egy magyar közmondás fejezi ki frappánsan: ha egy emberről azt mondjuk, hogy hálátlan, mindent elmondtunk róla. Igen. A hála az a kitüntetett lelkierő, mely tudatosítja az emberben az előzetest: az őt megelőző nagyobb, átfogóbb és örök Szeretetet, amelyben minden ember élete végső fokon gyökerezik. A hála legalább annyira fontos a humánus élet szempontjából, mint a szeretet és az öröm. Hála nélkül alig elképzelhető egy autentikus spiritualitás.

(2) *Captain Schepeler-nek⁶ írt levél, Bad Wörishofen, 1945 júniusában*
„Tisztelt Uram!

Megkértem Dr. Heumann-t, adja át Önnek ezt a levelet, ha nem térnék vissza néhány nap múlva Bad Wörishofenbe. Münchenbe utazom, hogy onnan alkalmi autóval visszatérjek Bécsbe. Ott öreg, szívbeteg anyámat és feleségemet kell megkeresnem. Ők is, mint én, koncentrációs táborban voltak, ott szakítottak el bennünket egymástól. A mai napig nem tudok róluk semmit.

Természetesen szándékomban van, hogy Bécsből újra visszatérjek és magammal hozzam rokonaimat, amennyiben megtalálom őket. Számomra ez lelkiismereti döntés, amelyről nem kívánok vitatkozni, mert ez nekem nagyon is világos. Korábban visszakoztam, hogy az Egyesült Államokba kivándoroljak, habár volt vízumom. Lelkiismeretem nem engedte, hogy szüleimet a háború alatt magukra hagyjam Európában! Tehát velük maradtam – és így kerültem én is a koncentrációs táborba. Nem bánom semmiképpen, hogy így döntöttem. Ez nekem a felelősségből fakadó kérdés volt, senki nem tudott felmenteni a döntésem alól. És most ugyanaz a helyzet: az a biztos és határozott érzésem, hogy mennem kell azért,

6 Az amerikai hadsereg által berendezett kórház vezetője Bad Wörishofenben.

Itt dolgozott Frankl orvosként közvetlenül a türkhelmi lágertől való kiszabadulása után (1945. április 27-én szabadították ki a foglyokat amerikai katonák).

hogy megtaláljam anyámat és feleségemet. Azt gondolom, hogy Ön hinni fog nekem, ha azt mondom, e döntést lelkiismeretem írja elő. (...)

Itteni állásomat más valaki által könnyen helyettesíteni lehet, főleg dr. Heumann, akivel szorosán együtt dolgoztam, tud helyettesíteni. Önnek nem tártam fel terveimet, mert attól tartottam, nem engedélyezte volna, hogy elhagyjam Bad Wörishofent, hacsak egy-két hétre is.

Most már csak az marad hátra, hogy bocsánatát kérjem, remélve, hogy egy csekély emberi megértést tanúsít helyzetemmel szemben, akkor is, ha eljárásomat bensőleg nem engedélyezi. Úgy beszélek itt Önhöz, mint ember az emberhez, és kérem megértését. Kisebbik rossznak tartom egy nagyra becsült embert megsérteni, mint a saját lelkiismeretemet.

Tudatom Önnel, mihelyt visszatérek, rögtön, és újra az Ön rendelkezésére állok (...): pszichiáterként és neurológusként.

Dr. Viktor Frankl⁷

→ E levélben többször is előfordul a *lelkiismeret* szó. Németül: *Gewissen*. Latinul: *conscientia*. Görögül: *szűndeirexisz*.

A cselekvésre irányuló megismerésről van itt szó, azon jó, azon konkrét értelem megismeréséről és fölleléséről, amely egy megismételhetetlen egyedi embert egy konkrét szituációban itt és most megillet, megszólít, felszólít, hogy döntés és cselekvés révén valósítsa meg, amit meg kell valósítani, mivel az jó és értelmes, vagy esetleg maradjon csendben, és ne tegyen semmit, mert éppen az a jó és értelmes – itt és most, ebben a konkrét szituációban.

Rövid eset felvázolása. Tegyük fel, példaként, hogy lelkiigondozói minőségükben, s persze mint egyedi, egyetlen és megismételhetetlen személyként is, egy 64 éves asszonnyal beszélgetnek, aki egy öngyilkossági kísérlet után egy öregotthon zárt osztályán van, folyton azt hangoztatva a terapeutának, hogy ő már nem akar élni, nincs ereje, nem lát semmi értelmet abban, hogy tovább kínozza magát, holott ezen asszonynak két felnőtt gyermeke és két unokája van. Ezenkívül él még a férje, aki viszont egy másik öregotthonban, fizikailag elgyengült állapotban van, de hittel és bizalommal

7 Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 121–123.

viseli sorsát, és feleségével szemben, ha ez őt időnként meglátogatja, hangoztatja, hogy ő még ugyanúgy szereti feleségét, mint régen. Az asszony ilyenkor meghatódik, megrendül, sír, később pedig azt mondja, igenis példakép neki a férje, de ő *nem érez magában erőt* az új-rakezdésre. Az, ami eddig volt, már úgysem tér vissza – vagyis a régi családi élet, amikor ő, az asszony volt a dolgozó, segítő, önmagát feláldozó feleség és anya –, s így hát ő nem tud visszatérni az üres lakásba, habár a fia, aki híres műsebész Münchenben, megígérte, hogy gyakrabban fogja látogatni és gondját viselni. E ponton derül ki, hogy a páciens nagyon nehezen viselte el, amikor a fia 38 évesen végre elköltözött otthonról, hogy attól kezdve teljesen önálló életet éljen. Kiérezni itt, hogy a páciens és fia közötti kapcsolat egyrészt bensőséges, ugyanakkor diszharmonikus is. – Mit „súg” egy ilyen esetben a lelki gondozó lelkiismerete, amikor elkezd beszélgetni az asszonnyal? Hogyan, milyen irányba kezdené el a beszélgetést? Beszéljünk róla.

A lelkiismeret gondozása, ápolása – főleg az önmagunkkal csendben lefolytatott párbeszédben – szintén fontos eleme a spiritualitásnak. Viktor Frankl szerint a lelkiismeret a konkrét értelmet, az itt és most letapogatható *Sinnt* megérező „orgánus”, azaz szellemi képesség, eredendően emberi jelenség. Nem azonos a freudi „felettes énnel”.

(3) *Wilhelm és Stepha Börnerhez*⁸ intézett levél 1945. szeptember 14-én
„Kedveseim!

Immár négy hete vagyok Bécsben. Végre alkalom adódik, hogy írjak nektek. Ám csak szomorú dolgokat közölhetek. Röviddel Münchenből való elutazásom előtt megtudtam, hogy mamámat is Auschwitzba szállították, egy héttel utánam. Tudjátok, hogy ez mit jelent. És alig voltam Bécsben, máris közölték velem, hogy a feleségem is halott. Auschwitzból előbb Trachtenbergbe, Breszlau mellé

8 Wilhelm Börner (1882–1951), filozófus és pedagógus. 1921 és 1938 között létrehozta, elsőként a világon, az öngyilkosjelöltek számára szervezett tanácsadói irodákat. Börner és Frankl ismerték egymást. Frankl Börner hatására kezdeményezte az ifjúsági tanácsadói irodákat. Börner a háború után a bécsi Etikai Közösség vezetését vette át 1951-ig.

vitték, ott árkokat ásott, majd a hírhedt Bergen-Belsen-i lágerba került. A nők ott »szörnyűséges«, »leírhatatlan« szenvedéseket viseltek el, amint Tilly egyik volt kolléganője egy levélben tudósított. (...) Egy kiszabadult és visszatért női fogolytól hallottam, hogy mik azok a »szörnyűséges dolgok«. Képtelen vagyok ezt nektek ecsetelni.

Így hát most teljesen egyedül maradtam. Akinek nincs hasonló sorsa, nem tud megérteni engem. Kimondhatatlanul fáradt, kimondhatatlanul szomorú, kimondhatatlanul magányos vagyok. Már nincs mit remélnem és nincs mitől félnem. Nincs örömem az életben, csak kötelességeim vannak. A lelkiismeretemből élek... Ilyen állapotban újrakezdtém, újraírom a kéziratomat, amelyet egyszerre készítek a kiadónak és az egyetemnek, hogy megszerezsem a habilitációt. Néhány régi barátom magasabb pozícióban van, és megható módon törődnek velem. De semmilyen sikernek örvendeni nem tudok. Minden súlyát vesztette, minden semmis és hiú az én szememben, mindennel szemben távolságot tartok. Semmi nincs, ami valamit mondana, valamit is jelentene nekem. A legjobbak nem tértek haza a lágerből (...), és így egyedül hagytak. A lágerben már azt hittem, hogy eljutottam életem legmélyebb pontjára – de azután, miután hazatértem, észre kellett vennem, hogy mindaz, ami a lelket tartotta bennem, megsemmisült. Meg kellett látnom, miután újra ember lettem, hogy még mélyebbre, még inkább feneketlen szenvedésbe süllyedtem. Ilyenkor az embernek nem marad más hátra, mint hogy sírdogáljon és a zsoltárokból lapozzon.

Talán megmosolyogtok, talán megharagudtok rám. Én viszont csöppet sem mondok ellent saját magamnak, semmit nem vonok vissza régi életigenlésemből, ha a dolgokat úgy élem meg, ahogyan itt leírtam. Ellenkezőleg: ha nem lenne ez a sziklaszilárd pozitív életfelfogásom – hát akkor mi lett volna belőlem az elmúlt négy hétben és korábban a lágerben? De most már a dolgokat egy további dimenzióban látom. Kezdem belátni, hogy az élet oly végtelenül értelemmel teljes, hogy a szenvedésben, sőt még a csődben is értelmességnek kell rejtőzködni. Az egyetlen, ami vigasztal, az, hogy jó lelkiismerettel elmondhatom: a felkínált lehetőségeket megvalósítottam, illetve átmentettem őket a valóságba. Ez érvényes a Tillyvel eltöltött rövid házasságomra. Amit megéltünk, nem

lehet meg nem történné tenni, és az, hogy megtörtént, hogy »így volt«, talán ez a lét legbiztosabb formája.

Befejezésül egy örömteljes hír: Vally Laufer él, itt van egészségesen Bécsben. (...) Rátok bízom, hogy megfelelő adagolásban tudassátok az igazságot Stella húgommal és apósommal, valamint sógorommal, Gustav D. Grosserrel. (...)

Bocsássatok meg, ha kissé összevissza írok, de csak szakaszonként tudok írni, a rendelés közben, ha kis szünetem van.

Szívélyesen üdvözöllek titeket!

A ti Viktor barátotok⁹

→ Az élet által felkínált [értelmes és értékes] lehetőségeket megvalósítani – vajon mit is jelenthet ez a mi számunkra?

Egy másik gondolat: amit megéltünk, az a miénk, azt többé senki el nem veheti tőlünk. Frankl itt főleg arra gondol, hogy az első feleségével megtapasztalt boldogságot ő önmagában, lelke mélyén hordozza, emlékszik rá, gondol rá, habár Tilly, az első felesége meghalt néhány nappal a koncentrációs táborból való kiszabadulása után.

Az, ami már megtörtént, a múltban van, de ez az *elmúlt lét*, mondja Frankl, talán a legbiztosabb formája a létnek [németül: *Vergangensein*]. A lelki egészség szempontjából felette jelentős a megélt jót és szépet – arra ismételten emlékezve – megőrizni a tudatban.

(4) *Rudolf Stenger*¹⁰ orvosnak írt levél, Bad Wörishofen, 1945. október 30-án

„Kedves Barátom! (...) Semmi nem okoz nekem örömet. Minden közömbös lett, elveszítette a súlyát. Nincs otthonom és nincs hazám, nem tudok igazán gyökeret eresztetni. És körülöttem minden szét van rombolva, kísérteties, szomorú vagy édes, és aztán újból fájdalmas emlékekkel terhes. Te meg tudsz érteni, akkor is, ha mindez valószínűleg nagyon banálisán hangzik.

Nem hiszem, hogy még sokáig fogok élni. Nem azért, mintha félnék a haláltól vagy vágyódnék rá. Hanem az az érzésem, hogy

9 Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 184–185.

10 Rudolf Stenger valószínűleg Bad Wörishofenben volt orvos. Élete végéig Viktor Frankl jó barátja volt.

nincs mit keresnem. Megadatott nekem a kegyelem, hogy még leírhasam mindazt a lényegeset, amit mondanom kell [az *Orvosi lelkigondozás* című könyvben]. Ami ezen túl van, elbizakodottságnak tűnik fel előttem. Tillyt [a feleségemet] nem érdemeltem meg, ezt már korábban is tudtam. Most viszont azt is tudom: a világ sem volt méltó rá.

Szomorúságom oly nagy, hogy a szavak csődöt mondanak. Soha nem gondoltam volna, hogy az ember ennyire magányos, elhagyatott lehet anélkül, hogy ettől meg kelljen halnia. És soha nem gondoltam volna, hogy a meghalás egy ember számára ilyen könnyű lehet.

Előadásokat tartok a népi főiskolán *A lelkileg beteg ember* címmel. A hallgatóim lelkesednek értem. Nekem viszont minden csúfságnak tűnik. Néhány értékes fiatal nő van körülöttem, és nagyon, de nagyon pártolnak. Gondomat viselik, de én alig tudok nyújtani nekik valamit. Egyszerű valószínűségi számítás alapján azt kell mondanom magamnak: 36 évesen rátaláltam Tillyre; 72 évesen lesz talán újra egy ilyen esélyem. Persze, saját magamat csúfolom ki, és önmagammal gúnyolódok, amikor így beszélek, de hát ez az öngúny mégis csak egy teljesítmény az én benső helyzetemben, hidd el nekem, Rudi!

Mindazonáltal nem vagyok hálátlan. Alázattal bevallom, hogy a tökéletes boldogságra, amely ölembe hullott [a feleségemmel], soha nem tarthattam volna jogosan igényt. És a szellemi gyermekem [az *Orvosi lelkigondozás*] hamarosan megszületik – mit is akarnék többet?

Tilly utáni sóvárgásom a mindennapi kenyerem. Ebből élek. A szenvedés teljességét úgy érzem, mint valamilyen kitüntetést, mintha közel lennék valamilyen magasabb rendű valósághoz.

Időnként előveszem a Bibliát és olvasom Jób könyvét. Ezt tettem a teherautón is, amikor Münchenből Bécsbe utaztam. Gonosz elősejtésekkel a lelkemben lapoztam a zsoltárokbán, olvasván: »Bízzál az Úrban. Légy erős és bátor. Igen, várakozzál az Úrra, lelkem.«

Ám Tilly nem várt rám.

Tudod, az a rossz, hogy ilyenkor a szenvedés feneketlensége tudatosul az emberben: azt gondoltuk a lágerben, hogy már eljutottunk a mélypontra. Csakhogy e mélypontot akkor értük el, amikor

»szabadon haza« érkezünk. Valóban szabadon – túlságosan is szabadon.

Rudi, nagyon várok tőled egy jó szót. Kinyújtom kezemet feléd, és érzem, hogy megszorítod kezemet. Kérlek, ne felejs el engem, Rudi. Szegény lettem, nagyon szegény. Szükségem van rád. Ígérd meg, hogy türelemmel leszel velem szemben. Én pedig megígérem, hogy igyekszem méltó lenni barátságodra.¹¹

→ Igen, az nagyon rossz, amikor egy emberben a szenvedés feneketlensége tudatosul. Az, hogy annyi meg annyi szenvedés után még mindig nem jutott el a mélypontra. Ilyenkor egy másik, a szenvedőt elkísérő embertársra van szükség, aki tanúja a szenvedő ember kínjainak, kezét nyújtja neki a közelség jeleként. A spiritualitás egyfajta szellemi tartás, együtt érző odafigyelés a másikra, aki szenved, s egyúttal az egyéni személyes képesség szerinti vigasznyújtás.

(5) *A Londonban élő Oswald Schwarzhoz¹² intézett levél, 1946. február 2-án*

„Tisztelt Mester!

Vajon tudja, hogy mennyire örvendtem levelének? Hiszen immár évekkkel ezelőtt a legszörnyűbb hírek keringtek Önről Bécsben. (...) De íme, Ön nemcsak életben van, hanem dolgozik is – és jól megy a sora. (...)

Talán érdekli Önt, hogy most éppen a habilitációval vagyok elfoglalva. A habilitációm témája az első könyvem, *Orvosi lelkigondozás*, amely jövő héten a Deuticke kiadó gondozásában jelenik meg. Az egzisztenciaanalízis alapelemeit tartalmazza, vagy így is mondhatnám, »a szellemi felől« közelítő pszichoterápia alapvetését. Ez lényegesen túl van »az Ödipusz-komplexus és a kisebbségi

11 Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 137–138. (A szögletes zárójelben tett befüzések a szerzőtől származnak.)

12 Oswald Schwarz (1883–1949) urológus, szexológus és a modern pszichoszomatikus orvostan egyik megalapítója, 1928-ig a bécsi általános poliklinikán dolgozott. Rudolf Allers professzorral együtt Schwarz nagyhatású tanítója és mentora volt a fiatal Franklnak az Individuálpiszichológiai Egyesület keretében, amelyből Allers kollégájával együtt lépett ki. 1938-ban Londonba emigrált, és ott is halt meg 1949-ben. A modern pszichoszomatika főművének kiadója: *Psychogenese und Psychotherapie körperlicher Symptome* (Berlin 1925).

érzés« fogalmain, mondhatni. De hát Ön ismer engem, és mi megértjük egymást.

Az első fejezet mindenesetre a pszichoterápián belüli pszichologizmus összefoglalását és túlhaladását szolgálja. Keveset idéztem, természetesen Öntől átvettem néhány idézetet. Ezzel egyidejűleg arra is utalok, hogy ezt abbéli vélekedésemben tettem, hogy Ön már nem él. Plöztl [professzor], miután túlbujánzó kritikájával az első fejezetet keményen megbíráta, visszavonta kritikáját (amint én ezt előre láttam), miután az egész kéziratot elolvasta, mondván, hogy a munkám »a maga nemében egyszerűen tökéletes«. Munkám egyes részletei »kifejezetten megrendítették«, mondta. Úgy tűnik, többek között arra a részre gondolt, amely – a szükséges tudományos tárgyilagosság és személytelenség követelményeit betartva – a koncentrációs tábor pszichológiáját taglalja s az egzisztenciaanalízist mintegy a kereszt megtapasztalásának – *experimentum crucis* – módjaként mutatja be. Ám, ha arra gondolok, hogy vajon Ön mit fog szólni a könyvhöz, akkor úgy érzem magam, mint a Requiem embere: *Quid dicebis ...*¹³ Ön ismeri a szöveget, amelyre gondolok.

Viszont kérem, vegye számításba, hogy milyen körülmények között kellett írnom. Igaz, 1942-ig Svájcban publikáltam, (...) de tudván, hogy a bécsi Rotschild kórház feloszlata után hamarosan elhurcolnak, a háború utáni időknek akartam átmenteni mindazt a lényegeset, amit addig megjelentettem s amit még nem publikáltam. Így írtam meg az első kéziratot.

1942 szeptemberében ütött az óra. Szüleimmel, akik miatt Európában maradtam (az amerikai vízumot nem használtam fel), fiatal feleségemmel és két további rokonával Theresienstadtba kerültem. Később ott viszonylag nem volt rossz sorsom. A szakmámban dolgoztam, ezenkívül pedig az egészségügyi hivatal egyik osztályát vezettem, amely a gettóban élők pszichohigiénéjével foglalkozott (természetesen leplezett formában). A kulturális élet Theresienstadtban hihetetlenül magas szintű volt. Amit zenei téren a sok prominens muzsikussal, énekes – Európa összecsődítt elítje! – kimondhatatlanul nehéz és rögtönzött körülményei között

13 Utalás a *Quid sum miser tunc dicturus*: „mit fogok, én szegény ember mondani [az ítéletkor]”. A latin gyászmise [Requiem] szövegéből való ez a mondás.

produkált, mindezt nehezen lehet elképzelni. De szellemi, tudományos vonatkozásban is élénk volt ott az élet. Ami például szakmámat illeti, nagyszámú világhírű professzor és tanár gyűlt össze. Pszichológiai és filozófiai szempontból is nem kevés ösztönzést kaptam, és így alkalmam volt gondolataim megérleléséhez. Emil Utitz¹⁴ professzorral, a karakterológia képviselőjével elmélyült kapcsolatban voltam. Annak idején ő volt Halleban a filozófiai tanszék vezetője. Ő még él – éppúgy, mint Leo Baeck,¹⁵ Berlin volt legfőbb rabbija és katolikus körökben is ismert teológus, nagyszerű ember. Szabadulása után állítólag lányához repült Londonba. Ha netalán találkozna vele, közvetítse részemről a legszívélyesebb üdvözlötteket, és mondja meg neki, hogy mi van velem és az enyéimmel (akiket ő ismert).

Miután meglehetősen jó sorsunk volt, miután a *Carment* csodálatos előadásban (kosztümökkel és zenekarral!) láttuk (Kurt Gerron,¹⁶ az ismert filmszínész rendezésében) – mindezek után, hogy csak egy példát említsek, 1944 októberében megindult a lavina: mintegy 20000 ember jött Auschwitzba, legtöbbjük egyenesen a gázkamrákba került. Néhány hónappal előttem az anyósom, egy héttel utánam az anyám (mindkét esetről csak Bécsben értesültem). A hátam mögött, és akaratom ellenére, feleségem¹⁷ önkéntesen jelentkezett azon szállítmányra, melyen én voltam. Auschwitzban természetesen rögtön különválasztottak. Ön nem ismerte a feleségemet. De talán, ha meg akar érteni engem, el kell mondanom, bármilyen gyerekesen is hangzana: képzeljen el egy 23 éves fiatal lányt, aki általában feltűnő »festői szépségnek« számított, sajátos, kissé

14 Emil Utitz (1883–1956), a hallei egyetem filozófiai tanszékének a vezetője. Franz Brentano hagyatékának gondozója számos tanulmányt írt a filozófiai pszichológia területén. Elsősorban a személyiség és differenciális pszichológia témaköreivel foglalkozott. A lágerből való szabadulása után Prágában az egyetemen tanított.

15 Leo Baeck (1873–1956) elhurcoltatásáig Berlin főrabbija volt. A liberális zsidóság előfutára. Szabadulása után Londonban tanított és a *Weltunion für Progressives Judentum* elnöke volt.

16 Kurt Gerron (1897–1944), filmszínész és kabaretista. Többek között a *Der blaue Engel* és a *Dreigroschenoper* (Bertold Brecht) című filmekben szerepelt.

17 Tilly (Mathilde) Grosser.

hűvös bájossággal, de aki mint ember, lényének kifejezetten egyszerű mivoltában még inkább egyetlen és egyszeri volt. Ne tartson ízléstelennek, ha azt mondom Önnek: mindig (!) is azt gondoltam és mondtam is, hogy ezt a fajta jelenséget az Ön kifejezésével »példásnak« lehetne nevezni. Mármost képzelje Ön el: végigszenvedi a koncentrációs táborokat (Auschwitzot és két dachauai láger), Isten ezer csodája révén valamiképpen túléli (összes bécsi kollégám, aki ott velem együtt volt, behalt), és csak egyetlen gondolat tartja életben, hogy anyját és feleségét viszontlátja, s akkor visszatér, és megtudja a szörnyű hírt anyjáról, és azt is, hogy felesége Belsenben tönkrement.

Auschwitzban természetesen elveszett könyvem kézirata. Ám még a lágerben, lázas állapotban, elkezdtem újraírni. Később [Bad Wörishofenben] befejeztem. Időközben megírtam egy második könyvet: *Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábor*. (...)

A munkán kívül végül is nincs semmim és senkim. A rádióban beszélek ugyan a »kollektív pszichoterápiáról«, és nem is kevés sikerrel, de hogy ez alig örvendeztet, Ön meg fogja érteni.

A jövőm még eldöntetlen. Az én és a feleségem 13 személyt számláló családjából egyedül Stella húgom van – Ausztráliában – életben. Már küldött bevándorlási engedélyt. Apósom (akit még nem ismertem meg személyesen) Brazíliában akar maga mellett látni. Ő az anglisztika tanára a Porta Allegre-i egyetemen. Tanszéket akar számomra létrehozni. Az Egyesült Államokban lévő barátaim pedig hívnak, hogy menjek oda. Azt gondolom, hogy felváltva majd ide is, oda is elrepülök. (...)

Nagyon untattam egocentrikus beszámolómmal? Valamiképpen szükségét éreztem, hogy pontosan Önnel beszéljek. És három oldalnál kevesebbet nem tudtam volna írni az én helyzetemben.

Fogadja el hát ezt a levelet, amelyet Ön provokált ki belőlem. Örvendek, hogy még nem felejtett el teljesen.

Viktor Frankl

P. S. Mit tud Ön a következő személyiségekről: Allers, Bühler, Eliasberg, Kronfeld, Erwin Strauss, Gebattel és Binswanger? Mivel velük és főleg Strauss gondolataival a könyvemben többször

is vitába szálllok, nagyon szeretném a címüket tudni. Kérem Önt, hogy hamarosan újra írjon nekem!

Viktor Frankl¹⁸

→ Melyik gondolat ragadja meg itt a figyelmünket? Tilly a megpróbáltatás idején a férjével akar maradni. Frankl beszél ugyan a rádióban, de alig érez örömet, ugyanakkor elvégzi a munkáját, megteszi, amit meg kell tennie. Az érzelmi kielégülés, az, hogy valami kellemes is, nem mindig mérvadó akkor, amikor egy ember a konkrét helyzet konkrét értelmének a felhívására válaszol. Ellene mond a spiritualitásnak, ha egy nagyon szenvedő ember egy embertársának elmondja, elpanaszolja, hogy mi fáj neki? A kibeszélés, a szenvedésnek szavakba való formálása szerintem máris fél győzelem a szenvedés felett, vagy...?

(6) *A New Yorkban élő Eugen Marc Hofmannhoz és Thea Kissmannhoz*¹⁹
intézett levél, 1946. február 6-án

„Kedves Eugen, kedves Thea!

Végre egy jel tőletek! Szabadulásom óta Wilhelm Börnerrel kapcsolatban állva, ismételten kértem őt, hogy kutasson fel, illetve hogy informáljon titeket. Mivel nem tudom, hogy mit tudtok, ezért összefoglalom a történetet:

1941 decemberében megházasodtam. Feleségem nemcsak »híres« szépség, egyszeri, egyedülálló ember is volt. Ő egyébként Nußdorfban nőtt fel, éspedig a te nußdorfi barátnőd házában, Eugen. (...) Apósom tanár volt Bécsben, és évek óta Brazíliában egyetemi professzor. A neve: Ferdinand Grosser, még nem ismerem személyesen.

1942 őszén feloszlatták a Rotschild kórházat – ott voltam vezető orvos, amint tudjátok –, s utána a Bécsben maradt zsidókat elhurcolták; »becsületbőlk« engem és feleségem családját Theresienstadtba vittek. Ott pusztult el apám éhhalálban 1943 februárjában (majdnem 82 éves korában). Aztán feleségem nagyanyja halt meg, majd anyósom került Auschwitzba és ott, néhány hónappal később a

18 Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 123–128.

19 Eugen Marc Frankl barátja a bécsi Sperl gimnáziumi időkből, Thea pedig Frankl fiatalkori barátnője volt ugyanazon időből.

gázkamrába. 1944 őszén feloszlatták a gettót, (...) természetesen semmit nem tudtunk ott és akkor arról, hová szállítanak el bennünket. (...) És hová kerültünk? Auschwitzba. Ott rögtön különválasztottak a feleségemtől, a fertőtlenítőben lenyírták a hajunkat, és szó szerint mindent elvettek tőlünk (csak a szemüvegemet és a nadrágszíjamat tarthattam meg).

Aztán Dachau egyik külső lágerjébe kerültem, az volt a hírhedt kauferingi láger (Bajorországban, Landsberg mellett). Ott felfordult egy tucat bécsi orvos kollégám. Én is közel álltam a halálhoz. Mi szabadított meg? Eugen, te tudod: Isten ezer csodája, mely naponként és óránként megújult. És talán egy kicsit a hegymászó tréningem is segített. Természetesen ott nem voltam orvos, hanem földásó, vasútvonal-javító stb. Naponta 14 órát dolgoztunk, mínusz 20 fokos hidegben, kesztyű nélkül, harisnya nélkül a nyitott cipőben, 250 gramm kenyérrel és egy vízlevessel ellátva.

1945. március elején Türkheimba kerültem a félig tönkrement foglyokkal. Azt hittük, hogy a gázba megyünk. De nem így történt. Ott ráadásul kiütéses tifuszt kaptam. Hogy a delíriumban ne veszítsem el eszméletemet, elkezdtem újraírni könyvem kéziratát, amelyet Auschwitzban elvettek tőlem. (...) Ebben a hónapban jelenik meg a Deuticke kiadónál: *Orvosi lelkiigondozás* a címe. Azt tartalmazza, amit a világnak mondani akartam, összefoglalva mindazt, amit eddig gondoltam. Már e könyv miatt is sajnáltam volna, ha életemet a lágerben kellett volna elveszítsem. Már csak ezért is dicsérem a kegyelmet, amely életben tartott és megengedte, hogy befejezzem művemet. Egyébként csak az Úr Isten a tanúja annak, hogy életemet ajánlottam föl cserébe azért, hogy anyám és feleségem életben maradjanak.

1945 júniusában leléptem a kórházból és Münchenbe mentem. Onnan akartam egy teherautóval Bécsbe utazni. De ott hetekig kellett várnom. Rádiós előadásokat tartottam az amerikai katonai kormány adóállomásában. Néhány nappal Bécsbe utazásom előtt viszont megtudtam, hogy anyám Auschwitzba került. Hogy az ő korában ez mit jelent, világos számotokra. Egyébként fiútestvérem és felesége valószínűleg hasonló sorsban részesültek. Mindenesetre a mai napig nincs róluk életjel. (Figyelem! Ausztráliában élő húgomnak még reménykedve írtam!)

Augusztus közepén érkeztem meg Bécsbe. Éjszaka. Feleségem még nem volt ott. De másnap megmondták nekem a teljes igazságot: Belsenben a lágerban halt meg, 24 évesen. Valószínűleg azután halt meg, miután az angol katonák kiszabadították a foglyokat. 13 000 holttestet találtak ott. Ugyanannyi halt meg azelőtt. Azt hallottam, hogy Tilly, a feleségem mindvégig bátran viselkedett, vidám volt és a fogolytársak felvidítésére törekedett. Nem voltam méltó Tillyhez, ezt már a házasságom előtt is ismételtetem – bár senki nem vette komolyan. Nos, immár kiderült, hogy a világ sem találtatott méltónak arra, hogy megőrizze magának ezt az embert.

Nem nehéz kitalálni, hogy augusztus közepétől hogyan nézek ki belülről. Dolgozom. A most megjelenő könyvem egyben a habilitációs munkám is, hogy egyetemi tanári állást kaphassak. Ezekben a napokban fog kinevezni az idegklinika főorvosává a polgármester (kb. 22 ágy van a klinikán). A bécsi rádióban is beszéltem az élet értelméről és az öngyilkosság ellen. Számtalan levelet kaptam hallgatóimtól, melyek azt mutatják, hogy képes voltam valami fontosat mondani. E megható levelek jelentették az első örömszikrát életemben, attól a naptól kezdve, hogy anyámat és feleségemet örökre elhagytam. (...)

Hogy Bécsben maradok-e, ez egy más kérdés. (...) Bécs tönkrement, de azért mégis van még itt jó színház és jó zene.

Eugen, nagyon örvendek, hogy férj és apa lettél. Theáról semmit nem tudok. Feltételezem, hogy férjhez ment, és kívánom neki, hogy boldog legyen. (...) Gyakran gondoltam rá. Talán tévedtem abbéli érzésemben, hogy ő is rám gondolt, legalábbis néha? (...) Kimondhatatlanul örvidenek egy tőle jövő levélnek! És adja Isten, hogy egyszer Montrealban előadást tartsak, s ő ott lesz, vagy már az állomáson vár rám, akkor csókot kap tőlem a homlokára, akkor is, ha ott lenne a férje. Fogadunk?

Így fantáziálok és írok a levegőbe, az ismeretlenbe; és ti már alig gondoltatok rám, a ti öregedő

Viktor barátotokra²⁰

→ „Isten ezer csodája, mely naponként és óránként megújult, szabadított ki a fogságból”, mondja Viktor Frankl. Eléggé ritka a

20 Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 129–132.

pszichoterápia alapítói között a transzcendenciára, az Istenre való hivatkozás. Frankl esetében az van, hogy szüleitől örökölt egyfajta mély, igazán jámbor [nem bigott] istenhitet és világnézetet, amelyben eleve benne volt *a világ mint értelmes egész s az ember mint az értelmesség megvalósítására meghívott lény* ősi gondolata. A spiritualitáshoz Frankl szerint hozzátartozik hinni abban, hogy igenis van értelme annak, amit teszünk, akkor is, ha a gonosz elhatalmasodása során nagyon kevés szabadtere marad egy embernek a cselekvésre.

(7) *Rudolf Stenger orvoshoz intézett levél, Bad Wörishofen, 1946. május 10-én*

„Kedves Rudi!

Leveleidet szerencsésen megkaptam. Ismételten próbáltam neked postán leveleket küldeni, de úgy látszik, hiába. Utoljára egy amerikai tisztén keresztül elküldtem neked egy példányt az április elején megjelent könyvemből. Megkaptad időközben?

Tegnap megérkezett hozzám írásod egyik másolata. Erre fel azt álmodtam ma éjszaka, hogy együtt vagyunk. Örvendtünk a viszontlátásnak, és én büszkén nyújtottam át neked az *Orvosi lelkigondozás* című könyvemet. Közben, álmomban, reszketve vártam, hogy föllapozd a könyvet legalább a második oldalig és rátalálj az ott olvasható három szóra: A halott Tillynek.

Legalább most már tudod.

Valaki talán még annak idején elmesélhette neked, amit én még Münchenben, Bécsbe való visszatérésem előtt tudtam meg, tudniillik, hogy szegény anyámat is Auschwitzba hurcolták, miután én már ott voltam. A túlélők oldalán az állomáson bizonyíthatóan nem volt ott... Tilly is meghalt Belsenben. (...) Amikor ezt a hírt megtudtam, a te segítő kezed után kapkodtam lelkileg. Te vagy az az ember, akinek nem szükséges elmondanom, hogy akkoriban – és hónapokon át azután is – milyen lelkiállapotban voltam. Mindenesetre, miután mindaz [ami a lágerben rám szakadt,] mögöttem volt, nem vártam volna, hogy még tovább, még inkább, még mélyebbre süllyedek. Úgy tűnik, hogy a szenvedő ember egyáltalán nem áll meg a szilárd talajon: mindig is tovább, egyre mélyebbre süllyedhet.

Bécsben mindezek után rögtön a munkába vettem magam. Legjobb barátom, Hubert Gsur²¹ 1944 decemberében lelte halálát. Lefejezték. Felesége viszont visszatért a haláltáborból. A náluk megőrzésre adott könyvem kéziratát a Gestapo természetesen elkobozta. De a második példány, amelyet egy kollégám [Paul Polak orvos] őrzött meg, előkerült. Nos, most már csak fáradtságos munkával ki kellett egészítenem azt, amit a lágerben kezdtem újraírni. Két hónapon belül kész voltam. Az új, a harmadik kéziratot habilitációs munkaként nyújtottam be a bécsi egyetem orvosi tanszékén. Kérdés, hogy az itteni alma mater falain belül még mindig uralkodó antiszemitizmus láttán vajon elfogadják-e, de végül is ez csöppet sem érdekel. Talán el tudod képzelni, hogy »mennyi« nagyravágyás él még bennem...

Végül is a bécsi Franz Deuticke orvosi kiadó elvállalta a könyv nyomtatását. Nem volt mit megbánnia, hiszen nagy sikert aratott, amit egyáltalán nem vártam. Alig jelent meg az első kiadás, máris egy másodikat kellett nyomtatni. Főleg katolikus körök, katolikus újságok és folyóiratok lelkesednek érte. Éppen most jelent meg a lelkészségnek egyik hivatalos állásfoglalása, melyben az én egzisztenciaanalízisemet teljes komolysággal a pszichoterápia fejlődésének megkoronázásaként ítélik meg, és azt állítják, hogy könyvem néhány része a keresztény *philosophia crucis* legjavával hasonlítható össze, ami a szenvedés témáját illeti.

Más osztrák könyvismertető az új könyvek között a leglényesebbnek, a bécsi könyvpiacon megjelent *legfontosabb* új könyvnek ítélik meg művemet. A francia megszállás részéről máris Párizsba küldtek egy példányt fordítás céljából. Könyvemet megkapta többek között Erich Kästner Münchenben, néhány barátom Londonban és az Egyesült Államokban. Az itt és ott megtartott előadások révén itt Bécsben egyik napról a másikra ismert lettem. Különböző körök igyekeznek megnyerni, hogy előadásokat tartsak, hogy írjak.

21 Hubert Gsur a háború előtt és alatt Viktor Frankl egyik nagyon közeli barátja volt, és társa hegymászásban. Ugyanakkor Bécsben a náci ellenállásban tevékenykedett. Emiatt 1944 decemberében felakasztották. Viktor és második felesége, Eleonore Frankl mindvégig baráti kapcsolatban maradtak Hubert Gsur özvegyével, Erna Rappaport-Gsur asszonnyal.

(...) Hogy mindez a siker örvendeztet-e engem? Add meg rá a választ te magad. Ám hidd el nekem, Rudi, hogy vitathatatlanra vált számomra a kérdés, hogy mire fel *kellett* nekem – mint egyetlen a bécsi kollégák közül – túlélnem a haláltáborokat Auschwitzban, Kauferingban és Türkheimban...

Közben egy második, kisebb terjedelmű könyvet is megírtam. Néhány hét múlva jelenik meg, már nagyon várják az emberek. Az *Osztrák Dokumentumok* sorozat első kötete lesz. Címe: *Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábor*. A könyv személyes tanúvallomás. Közben pedig egy harmadik kéziratot is elkészítettem: három előadást tartalmaz, amelyeket az élet értelme kérdéséről tartottam a bécsi népi főiskolán, belefoglalva az eutanázia problémáját és a haláltáborok pszichológiáját is.

Egy férfi, akivel korábban amolyan felületes baráti kapcsolatban álltam,²² éppen az egyik miniszter titkára volt, amidőn én Bécsbe visszatértem, és nagyon gyorsan szerzett nekem egy lakást. Azután mintegy rákényszerített, vállaljam el a városi poliklinika neurológiai osztályának a vezetését. 1946 februárjában megkaptam az állást. Fájdalmas csak az volt, hogy sóvárogva gondoltam arra, milyen szívesen tettelek volna meg téged asszisztens orvosommá.

Egyébként belátható időn belül várok egy meghívást Zürichből, hogy az ottani egyetemen adjak elő.

Kedves barátom! Bizony számít nekem, hogy tudjad, miként éreztem és hogyan voltam és vagyok én! Az Úristennek adhatok hálát, hogy az »ahogyan voltam« és »ahogyan most vagyok« között bizonyos különbség áll fenn. Mert most, néhány nap óta, egészen másként érzem magam, s talán ki fogod találni, hogy mire gondolok. (...)

Képzeld, hogy miután végső magányomat a végletekig megkóstoltam, annyira, hogy testileg fáj, az idén húsvétkor fordulat állt be. Legyen elég mára az utalás, hogy húsvét óta van mellettem egy ember, aki képes volt egy csapásra mindent a jó irányba

22 Bruno Pittermann (1905–1983), a náci rezsim alatt politikailag üldözték. 1945-től 1971-ig a nemzeti tanács szocialista tagja. 1957-től 1966-ig Bruno Kreisky osztrák kancellár helyettese. Frankl és Pittermann ismerték egymást az 1920-as évekből, amikor mindketten a Szocialista Középiskolások Egyesületének tagjai voltak.

megváltoztatni. Külsőleg tekintve a helyzet, sajnos, a katasztrófával határos, hiszen ez az ember alig 20 éves. Belsőleg tekintve viszont, mégpedig úgy az ő, mint az én részemről, úgy tűnik, hogy az, ami velünk sorsszerűen történik, nem törődik a korkülönbséggel, hanem inkább általa tesz próbára és erősít bennünket.

Kérlek Rudi, találd meg a módját, hogy biztosan eljuttathassak hozzád könyveket és egyik-másik tanulmányomat. (...)

A bajtársakat a koncentrációs táborból szívből üdvözlöm, amennyiben még nálatok tartózkodnak. Senkit nem felejtettem el. Nem akarok és nem is fogok senkit elfelejteni.

Barátod maradok,

Viktor²³

→ Itt beszél Frankl első ízben arról, hogy megismerkedett a későbbi második feleségével, akivel néhány hónap múlva hivatalosan is házasságot kötött. Elly katolikus, Frankl pedig hívő zsidó, de az 51 évig tartó házasságuk alatt soha nem volt probléma ebből. Hát nem különlegesen szép kifejeződése a spiritualitásnak az, ha férfi és nő a párkapcsolatban megtalálják a lelki és a szellemi konszenzust? A *consensus* latin szó, és azt fejezi ki, hogy különböző perspektívából szemlélve két ember vagy egy csoport, egy közösség fölfedezi a „közös nevezőt” arra vonatkozóan, amit tenni kell. Bizony létezik az értelem az „én” számomra, a „te” számodra és a „mi” számunkra. Úgy tűnik nekem, a jelen válságban egész Európának ez utóbbit kell föllelnie, hogy túlhaladjon a még mindig kísértő nacionalista, provincialista és populista rémképeken.

(8) *Stella Bondyhoz intézett levelek*,²⁴ 1946. augusztus 11-én

„Leginkább szeretett húgocskám!

Vasárnap délelőtt van, ragyogó napsütés. A rádióból zene áramlik szét a szobámban. Minden szép, Istennek hála jól és egészségesen

23 Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 135–139.

24 Stella Viktor Frankl egyetlen testvére, illetve húga, aki közvetlen családjából életben maradt. Walter Bondyhoz ment feleségül. A házaspár 1939-ben Ausztráliába vándorolt ki. A könyvben idézett levelekből, amiket Frankl húgának írt, itt összevontan idézünk fontos részleteket. Az első levelet Frankl 1945. november 17-én írta Stellának. Összes, húgához írt levele meleg, szívvelyes, szeretetteljes hangulatról árulkodik. Frankl nagyon szerette húgát, aki végül már előtte, már 1996-ban meghalt.

érezem magam. (...) Ne aggódj miattam. Emlékszel, hogyan mondta megboldogult apánk? »Nur immer heiter – Gott hilft schon weiter.« (Csak szépen tovább – majd csak segít az Isten.) Még a Theresienstadtba tartó szállítmányon is ezt mondta. (...)

Nemrég érkeztem vissza egy kéthetes szabadságról. A hegyekben voltam a barátnőmmel. Gyönyörű idő volt, ennivalónk is volt elegendő, persze magammal vittem a konzervdobozokat. (...) A második héten egy hegycsúcsot is megmásztam egy vezetővel. Istennek hála jól éreztem magam – ötévi megszakítás után –, s nem éreztem, hogy 41 éves vagyok, hogy 7 év hitleri diktatúra és 3 év koncentrációs tábor van mögöttem. (...)

Isten áldja meg gyermekeidet, (...) szeretettel üdvözlöm férjedet, akit sokat emlegetek. (...) Kérdésedre, hogy mivel vagyok felszerelve, azt mondhatom, természetesen nem szabad ausztráliai mércével mérned a helyzetemet: van néhány ingem és harisnyám, két rövid és három alsóneműm, egy talált öltönyöm – mindezt bajor parasztok ajándékozták nekem. (...) A lakásomban nem használok minden helyiséget. Egy panzió átvett két szobát, ezért fizet nekem, sőt egy takarító asszonyom is van, aki a háztartásban segít, például reggel az ágyamhoz hozza a reggelit. (...)

Remélem, hogy közben megkaptátok a második könyvemet, a harmadikat most nyomtatják, a negyediket pedig készítem elő. (...) Megkérlek, hogy készíttess szüleink és Walter bátyám fényképeiről másolatokat s küldd el nekem azokat, mivel aranyos családunkról nincs egyetlen fényképem sem. (...)

Szervusztok mindnyájan,

Viki²⁵

→ Ebben a levélben is feltűnik a hála motívuma s a lágerben meghalt apa példaképe. Frankl spirituális magatartásának egyik sajátos eleme a szülei iránti mély tisztelet, akiket nem hagyott magukra Bécsben a náci megszállás idején, habár kivándorolhatott volna az Egyesült Államokba. Lelkiismerete viszont azt súgta, maradjon Bécsben. Nehéz, egzisztenciális döntések idején végül is az embernek csak a saját lelkiismerete „súgja” meg, mit kell tennie vagy elhagynia.

25 Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 148–151.

(9) *Egy későbbi levélben, amelyet Frankl 1946 telén (dátum nélkül) írt, közli a húgával, hogy eljegyezte Elly Schwindt kisasszonyt karácsony első napján.*

„Tudod – írja Frankl a húgának –, hogy Elly 21 éves, de ha neki nincs kifogása az eljegyzés ellen, akkor neked sem lesz kifogásod. Házasságra persze csak akkor gondolhatok, ha már a megboldogult Tilly halálhírért hivatalosan megerősítették. Időközben Elly részben nálam lakik, és így van végre mellettem valaki, aki minden ügyben és teljes szeretettel gondomat viseli. Hetente háromszor jön egy takarító asszony, egyébként Elly mindent rendez.

Ami az étkezést illeti, nagyon jól kijövök, hála az alkalmi csomagoknak. (...)

Írjál minél hamarabb és minél többet. Tisztelt sógorom kiegészítő soraiért is nagyon hálás vagyok. Üdvözzöl szívélyesen részemről az egész családot, áldd meg gyermekeidet a nevemben és ezáltal Istenben megboldogult apánk nevében.

Öllelek és ezerszer csókollak,
bensőséges szeretettel testvéred,
Viktor²⁶

→ Az áldás Viktor Frankl világ- és emberképében elementáris jelenség volt. Az örök Valóság felől közvetített és a szívből jövő jókívánásokat fejezte ki az áldás révén. A spiritualitás magában foglalja azt, hogy megáldjuk embertársainkat, főleg azokat, akiket szeretünk, de nemcsak azokat.

(10) *1947. május 1-jén*

„Szeretett Stellerl,

Születésnapodon írom ezt a levelet. A jókívánásokat mégis elhagyom, hiszen, az Isten szerelméért, kinek kívánhatom a legjobbakat ezen a Földön, ha nem neked? Egy ilyen napon, jobban mint máskor, természetesen nagyon sóvárgok arra, hogy viszontlássuk egymást (néhány nappal ezelőtt amúgy is veled álmodtam). És biztosan tudom, bármennyire is elidegenedtünk volna egymástól – idő, más helyek és különböző környezeti befolyások által –, ha

26 Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 151–153.

Isten akaratából találkozánk, rögtön átölelnék egymást, mintha csak a tegnapi látás volna utoljára egymást. (...)

Szombaton, április 26-án volt egy éve, hogy Ellyvel barátkozom. Mivel április 27-én második évfordulóját ünnepeltem annak, hogy kiszabadultam a koncentrációs táborból, vagyis »újjaszületésem« második évfordulóját ünnepeltem, ezért az idén mind a két napon böjtöltem, és a zsinagógában áldást kértem Istenben megboldogult apánk unokáira. Ezek Peter és Liesl [Stella gyermekei – *a fordító megjegyzése*], és ha Isten úgy akarja, decemberben születik meg az Elly és az én gyermekem. (...) Most ugye nagyot nézel, kedves húgom, nemde? De még meddig és mire várjak? Hiszen kétszer olyan idős vagyok, mint Elly (ő 21 éves). Gabriele néven akarja szólítani gyermekünket, ha kislány lesz. (...)

A sógornőd írt nekem a fordítások ügyében, sajnos még nem tudtam válaszolni neki. (...) Mondd meg neki a részemről, hogy az én stílusom lefordítása nehéz, és anyagilag csak akkor van értelme, ha híres könyvkiadó adná ki a könyveimet, amely képes lenne becsületesen megfizetni a fordítót. (...)

Írjál minél hamarabb a téged egyetlenként szerető és téged átölelő Viki testvérednek.”²⁷

→ Frankl ismerte és meg is ünnepelte a második születésnapját: azt a napot, amikor Isten ezer csodája révén kiszabadult a lágerből. Ezt a napot, április 27-ét mindig is hálaadó napnak érezte. Vagy egyedül volt a természetben, vagy csak nagyon szűk körben töltötte el a napot, megemlékezvén arról, amiért hálával tartozik a Gondviselésnek. Az úgynevezett lelkigyakorlatok egyik legfontosabb gyakorlata leírni, felírni, újraérezni, feleleveníteni mindazt a jót és szépet, amit eddig átélhettünk.

(11) 1947. december 28-án

„Szeretett Stella,

Táviratodból kiderül, hogy immár tudjátok: van egy kis Gabink [egy kislányunk]. Ma 14 napos. (...) A szüléskor Elly nagyon ügyes, bátor volt, és utána meg teljesen friss. Bár megtiltottam neki, mégis oly keményen dolgozik, mint korábban. (Egyáltalán csak ez a két

27 Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 155–156.

hibája van, amiért időnként összekapok vele: állandóan dolgozik, és állandóan spórolni akar az én pénzemem.) (...)

Karácsony másodnapján volt a keresztelés a lakásunkban. Bécs leghíresebb szónoka, dr. Diego Götz domonkos atya (akit a nácik üldöztek) keresztelte meg a kislányunkat. (...) Tudod, hogy a vallásokról apánk mit mondott, és én egyetértek vele: Isten sokkal több, mint a vallási felekezet, és a cél fontosabb, mint az út. (...)

Ezen a héten egymástól függetlenül két tanulmány is megjelent, két különböző folyóiratban, két különböző szerzőtől, de egy témáról: Sigmund Freudtól Viktor Franklig. (...)

Egyébként az élelmiszercsomagot, amit küldtetek, megkaptuk. Nagyon köszönjük az apa, az anya és a kis Gabi nevében. (...)

Könyveim terjesztése [ott Ausztráliában] természetesen számításba jön. Kedves Walter sógor, téged kérlek, tudakozd meg, hány példányra van szükséged. A könyveket a kiadó ingyen elküldi neked (én fizetem neki a leszállított árat), te meg természetesen nem kell pénzt küldjél nekem, ha eladtad a könyveket. Legyen az olvasóra bízva, hogy akar-e nekem cserébe, adományként élelmiszert vagy pedig egy öltönyre való szövetet küldeni. (...) Külföldön bankszámlát nyitni nem akarok, ez, azt hiszem, törvénytelen lenne. Egyébként nincs is rá szükségem, hála Istennek. (...)

Ne haragudjatok a mai, kissé zavaros levélért, de immár nagyon fáradt vagyok a mai (a 7. könyvemmel kapcsolatos) diktálástól.

Öllelek és ölelünk titeket,

Viktor, Elly és Gabi²⁸

→ Hát igen: Isten sokkal több, mint a vallási felekezet, és a cél fontosabb, mint az út, mondja Frankl. Én magam felettébb aktuálisnak érzem e mondat igazságát. Az igazán és hitelesen vallásos ember, bármilyen felekezethez is tartozna, csak akkor spirituális ember is, ha a különböző formákat tisztelve, a Legvégső Célt tartja szem előtt.

Kárhözatos dolog volt, amikor különböző vallások hívei egymás ellen hadakoztak, és ma is az, hiszen az úgynevezett pluralizmust, vagyis a vallási formák sokféleségét maga az Örökkévaló akarja. Ezt persze másképpen látja egy így vagy amúgy definiált vallási

28 Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 168–170.

közösség. Helyesen jár el, ha a saját körein belül követel engedelmességet híveitől. Arra viszont nincs joga, hogy egy másik felekezetet ócsároljon, szidjon vagy leértékeljen.²⁹

(12) *Wilhelm és Stepha Börnerhez intézett levél 1949. július 28-án*
„Kedves Stepha és Wilhelm!

Nagy örömet okoztatok leveletekkel, azzal, hogy most már tudom: hamarosan itt lesztek élőben a házunkban. Mit meséljek nektek magunkról sokat? Inkább majd élőben. És Gabi lányunkat is ismerjétek meg élőben. Nos, kicsit sietve csak annyit, hogy ezekben a napokban kell a nyolcadik könyvem szövegének a javítását, a kefelevonatát befejeznem: *A feltétlen ember – metaklinikai előadások*.³⁰
(...)

Nagyon remélem, hogy a lakásotok ügyében majd itt minden rendeződik. Általában elég nehéz ügy ez. Kértetek tanácsot időközben egy ügyvédtől? (Én magam, sajnos, semmit nem értek e dolgokhoz). Nos, akkor a nagyon közeli örömteljes viszontlátásra, miközben már most felettébb örvendek az éjszakába nyúló beszélgetéseiknek!!! (...)

Viktor³¹

→ Mit ért Frankl a *feltétlen ember* fogalmán? Először is azt az embert, aki minden feltétel között, még a legméltatlanabb és leginkább előnytelen feltétel között is megmarad embernek, nem tagadván meg a *homo humanus* mivoltát.

A feltétlen embernek ez a jellemzése egyrészt *etikai* természetű, és egy ideális típust ír le. E *normatív* meghatározás mellett Frankl ismeri az *ontológiai* értelemben vett feltétlen ember fogalmát is, amivel azt fejezi ki, hogy az ember létteljessége nem merül ki a létezéséhez tartozó – fizikai, biológiai, pszichikai, szociológiai – feltételekben és meghatározottságokban. Ezek csupán kondicionálják, de nem alapozzák meg az ember eredendő

29 Lásd ehhez: Bô Yin Râ: *Hortus conclusus*. Tarsoly Kiadó, Budapest 2015, 58 sk.: A vallások formáiról.

30 Viktor Frankl: *Der unbedingte Mensch. Metaklinische Vorlesungen*. Deuticke, Wien 1949.

31 Viktor E. Frankl: *Gesammelte Werke, Band 1*, 148–151.

(ontológiai értelemben vett) létét. Az emberlét maga több mint a biológiai, pszichológiai és szociológiai összetevők összessége. A fakticitások és a sokszor nyomasztó tények ellenére, mint például egy koncentrációs tábor, a feltétlen ember képes dacolni a feltételekkel, amik között él. Ez Viktor Frankl számára tapasztalatból fakadó belátás, bár azt is nagyon jól tudja és le is írta, hogy nem minden embernek volt ereje a lágerben *homo humanusként* helytállni. A feltétlen ember, mivel nemcsak faktikusan, de facto, hanem egzisztenciálisan, azaz a maga által meghozott döntések és választások alapján hajtja végre életét, képes, a feltételeket transzcendálva (azokon túlhaladva) a feltétlenhez viszonyulni. Pontosan ezt az *eredendően emberit* nevezte Frankl a *szellem dacoló hatalmának*. A spiritualitás elképzelhetetlen az emberben lakozó szellemi erő irányító, alakító és formáló hatalma nélkül.

Összefoglalásképpen elmondhatjuk:

A spiritualitás, amit Viktor Frankl idézett leveleiből kihámoztunk, magában foglalja a következő „építőelemeket”: az imát; a hálát; a lelkiismeretet; a már megélt jó és szép megőrzésének a képességét a múlhatatlan lélekben; az empátia fogalmát; a „közös nevezőt” arra vonatkozóan, amit tenni kell; azt a hitet, hogy igenis van értelme annak, amit teszünk, akkor is, ha a gonosz elhatalmasodása során nagyon kevés szabadttere marad egy embernek a cselekvésre; a különböző vallási formák tiszteletben tartását és végül a feltétlen emberrel kapcsolatos „igaz-képet”, miszerint az emberben lakozó szellem dacoló hatalma – ha nem is mindent, de sok mindent, ami az emberrel történik – formálni, alakítani és a személyiség egészébe integrálni képes.

Abstract

Viktor Frankl and Spirituality

Keywords: *spirituality, Frankl's correspondence, gratitude, conscience, freedom/salvation, new beginning, Tilly, Elly, Stella*

This study is the edited version of the text produced by the author at a three-hour intensive seminar held for hospital chaplains at the Hospital

of Brothers Hospitallers in Budapest in June 2015. On the basis of his correspondence since 1945, the author undertakes to uncover the basic elements of Viktor Frankl's spirituality; Frankl escaped the hell of the concentration camps. The result can be related to the following concepts and perceptions: gratitude, prayer, conscience, remembrance of the previously experienced good and beautiful, the significance of the defying power of the spirit.

Zsók Ottó (1957, Déva) a München melletti Délnémet Logoterápiai Intézet (Süddeutsches Institut für Logotherapie und Existenzanalyse) docense és igazgatója. Egyetemi tanulmányait Gyulafehérváron, Freiburgban és Münchenben végezte. Okleveles teológus, szociálpedagógus és a filozófia doktora. *Az orvosfilozófus Viktor Frankl* című könyv (Tarsoly Kiadó, Budapest 2005) szerzője és a német festőművész és élettanító, Joseph Anton Schneiderfranken Bó Yin Rá (1876–1943) művei fordítója. 2001-ben Bécsben Viktor Frankl-díjjal tüntették ki. Németül tizenhét könyvet írt, többek között: *Zustimmung zum Leben* (1994); *Mut zum eigenen Lebenssinn* (1997); *Logotherapie und Glaubensfragen* (1999); *Musik und Transzendenz* (1998); *Logotherapie in Aktion* (2002); *Der religiöse Urquell* (2001); *Vom guten und vom bösen Menschen* (2002). Ez utóbbi könyv magyarul is megjelent 2007-ben a Tarsoly Kiadó gondozásában *A jó és a rossz emberről* címmel.

Homa Ildikó

„Csak a bolond remél”

Vallásos neurózis vagy neurotikus vallásosság?¹

Kulcsszavak: *neurózis, neurotikus vallásosság, egészséges vallásosság, csoportnyomás, szimbolikus nyelvezet, szubjektív és objektív élmények*

I. „Csak a bolond”

Mivel egy olyan előadásorozatnak vagyok a meghívottja, amelyet Katolikus Akadémiának neveznek, máris *nehézségbe*, vagyis *fogalomba* ütközöm – gyakorlatilag pedig két főnévbe ütközöm, még ha az egyik jelzőként is szolgál: a *katolikus*ságba és *akadémikus*ságba. És amikor főnevekről van szó, akkor mindig problémával találjuk szembe magunkat, mert nehéz azonosítani, hogy milyen fogalmi jegyeket is társítunk hozzájuk. A *katolikus* szó fogalmi jegyeit az értelmező szótárunk szolgáltatja: katolikus az, aki a katolikus egyházhoz tartozik, vagyis elfogadja annak dogmatikai és erkölcsi rendszerét. Ez eddig rendben is lenne, csakhogy *akadémia* is, aminek egyik fogalmi jegye a tudományosság. Nem mintha a kettő feltétlenül ellentmondásban kellene hogy legyen egymással, de ha a szerzőt már besorolták egy kategóriába, akkor elvárják tőle, hogy úgy is beszéljen, vagyis legyen katolikus. Szóval nagy dilemmába kerültem, mert akkor a katolikus szónak melyik értelmét vegyem – a leszűkítő értelmét, vagyis *egyházi* értelmét vagy annak etimológiai értelmét, amely azt jelentené, hogy *egyetemes* vagy *mindenütt*. Ettől a kognitív disszonanciától a szorongás növekszik bennem: képes leszek-e vajon arra, hogy végül mindkét értelmezési keretben mondjam el a mondanivalómat?

1 A tanulmány a 2014. december 11-én a *Katolikus Akadémia* keretén belül elhangzott előadás szerkesztett változata.

Az egzisztenciaanalitikus módszer egyik technikája, amellyel a szorongást kezeljük, a *személyes álláspont megtalálása*. Ennek a technikának három lépése van, amelyet most magamra alkalmazok:

Kifele nézés: Mi az, ami a szorongást kiváltja? Mi az, ami valóban megtörténhetne?

Ami nemcsak megtörténhetne, hanem meg is fog történni, az az, hogy képtelen leszek pusztán katolikusként katolikusoknak írni. Pszichológus vagyok, és ez egy olyan kategória, amit nehéz meghatározni, és számos sztereotípiát övezi: *annak való, aki beteg, csak a bolondokkal foglalkozik – ez már a címből is világos –, sőt, mi több, mindenkit annak diagnosztizál, röntgenszemei vannak – mondta nekem egyszer valaki...* Ha még meg is fogják nekem bocsátani, hogy pszichológus vagyok – tehát félre is beszélhetek –, azt már nehezebb lesz megbocsátani, hogy nem fogom kímélni a katolikusságot, hiszen diagnosztikus címkékkal fogom ellátni katolikusságunk egynémely jelenségét. A diagnosztikus címkéket pedig nem szoktuk nagy örömmel fogadni.

Befele nézés: El tudnám fogadni legalább most az egyszer a negatív kimenetelt? Milyen belső erőforrásaim vannak?

Megtörténhet, hogy ez az előadás nem fog tetszést kiváltani, de ezt a lehetséges kimenetelt felmértem. És ennek ellenére azt mondtam, megéri, még ha majd esetleg *bolondnak* is címkéznek, mert ahogyan a cím ígéri: „csak a bolond remél”, és úgy gondolom, hogy a Rúzsa Magdi-dal üzenetét érdemes megvizsgálni a tudomány szintjén is.

Pozitívra való nézés: Mi a pozitívum ebben a helyzetben? Mi az, ami igazán fontos számomra ebben a helyzetben?

Mi lesz az érték? Hol itt a pozitívum? A pozitívum az, hogy lehetőségünk lesz esetleg felháborodni, és felháborodni mindig jó, hiszen ez azt jelenti, hogy a régi struktúráink új konfigurációt vehetnek fel. Ahogyan a fel-hábor(ú)-odik szóban is ott rejlik a háború szó, éppen úgy amikor a pszichológus vallásosságról beszél, akármit mondana is, érezzük azt a több évtizedes háborúskodást, ami ott lappang e két tudomány fejlődéstörténetében.

Mint minden „háborúnak”, ennek is megvan a maga nyeresége sok minden kikristályosodhat közben, hiszen kérdéseket teszünk fel magunknak. Megéri ez nekem? Mire jó? Ki vagyok én? Ki a

másik? Mit tehetünk annak érdekében, hogy megszüntessük az el-
lentéteket? És ezek az önvizsgálati kérdések azok, amelyek értéket
adnak a cselekedeteinknek.

Rúzsza Magdi 1986-ban született Verbászon (Vajdaság), 2006-ban
nyerte meg a Megasztár nevű tehetségkutató műsort, és azóta ál-
landó zenekarral járja a világot. A dalszövegeket többnyire ő maga
írja. Egy interjúban ezt nyilatkozta erről: „A szöveget mindig meg-
mutatom zeneszerzőnek vagy kollégának. Néha együtt születik a
zenével, máskor kapok egy dallamot, hallgatom, egyszer, kétszer,
hússzor, és írok hozzá szöveget. Hálás vagyok, ha ma élő nagy-
ságoktól, mint Presser Gábor, kapok egy dalt. Aki pedig ismeri
az írásaimat, az tudja, képekben gondolkodom. És ebben a ver-
sek segítenek. Szinte minden nap olvasok, József Attilát, Petőfit,
Radnótit. Például Petőfi Sándor *Az Őriült* című verse inspirálta a
Csak a bolond remél című dalomat.”²²

Egyik alkalommal az *Evangéliumi lélektan* című műsorsorozatomban,
amelynek témája *Gyógyulás a barágból*, ezzel a dallal záródott. Eddig
is tetszett nekem ez dal, nemcsak azért, mert Petőfi Sándor *Az Őriült*
című verse inspirálta, hanem azért is, mert pszichoterapeutaként
átéreztem annak igazságát, hogy az ember tényleg a végtelenségig
képes remélni, a legkilátástalanabb helyzetekben, és milyen csodá-
latos, hogy a remény lehet pozitív, de negatív megküzdő stratégi-
ánk is. Ami igazán fontossá tette aztán ezt az éneket, az egy rádiós
hallgató betelefonálása volt, aki kifejezte felháborodását, hogy egy
katolikus rádióban nem lehet azt énekelni, hogy „csak a bolond
remél”. Szakmai kíváncsiságtól hajtva feltettem magamnak a kér-
dést: mi az, ami zavarhatta a hallgató vallásos érzületét? A kísérletet
még egyszer megismételtük egy másik kontextusban: április 1-jén
a műsorigazgató által felvezetett bejátszás hasonló betelefonálási
reakciót váltott ki.

A kísérlet kapcsán tehát – kitettük ugyanazt a hallgatóságot
ugyanannak az ingernek – a viselkedési reakció hasonló volt.
Ha behavioristák lennénk, akkor itt abba is hagyhatnánk, mert
nem tudjuk, mi van a fekete dobozban, csak leírjuk, milyen inger

2 <http://www.nlcafe.hu/ezvan/20140730/ruzsa-magdi-interju/>, 2015. 10. 15.

milyen reakciót vált ki. De a legizgalmasabb dolgok mindig a fekete dobozban vannak.

Az ingerrel – a dallal – alapjában nincs semmilyen probléma, a válaszreakcióval sem, hiszen mindenkinek joga van kifejezni a véleményét. Marad az én problémám a fekete doboz: hogyan lehetséges az, hogy egy szöveg, amelynek a statisztikai többség részére egyértelműen pozitív üzenete van, olyan belső kapcsolásokat okozzon, aminek a végeredménye egy frusztráció?

Ezt a dalt milliók hallgatják, és jól érzik magukat tőle, hiszen ilyen vallomást olvashatunk ugyanabban az interjúban: „Rengeteg levelet kapok, amelyekben azt írják: köszönöm, sokat segített a zenéd, téged hallgattalak bizonyos élethelyzetben, a dalod szövege kirántott a gödörből”.³

Tehát ugyanaz az inger más környezetben más reakciót vált ki. A különbséget én a *deklarált* vagyis a *redukált* vallásosságban látom. Mit jelent ez? Amikor valami fogalommá, főnévvé válik, akkor leszűkül. Ez éppen olyan, mint a *hit* és a *biszkek* közti különbség.

II. Lehet-e beteg egy vallásos viselkedés, megbetegíthet-e a vallásosságunk?

Az egészség és a betegség közti határvonal egyik kritériuma a valóság észlelése. De mi a valóság? – kérdezi a filozófia. És akkor ebben segíthet nekünk a statisztika, esetleg, amelyik megmondja, hogy ha ennyi és ennyi ember valamit annak lát, akkor az nagy valószínűséggel olyan is.

Most már nem tabu akár megbetegítő hitről beszélni, hiszen 2006-ban jelent meg – magyar nyelven is – Elke Endrass és Siegfried Kratzer *Megbetegítő hit? Kintak a válságból* című könyve.

Az a kérdés, hogy hogyan tudjuk megkülönböztetni az egészséges és az egészségtelen vallásos viselkedést, nagyon érzékeny. Az egészség és a betegség határvonalának meghúzása hálátlan feladat a klinikai pszichológiában, még ha az egészség és a betegség két pólusa közötti kontinuum mentén is gondolkodunk – vagyis egészségesebbek vagy betegebek lehetünk. A mentális zavarok

3 Uo.

diagnosztikus kritériumait leíró DSM (*Diagnostical and Statistical Manual of Mental Disorders*), amelynek ma már az V. változatánál tartunk, külön klinikai kategóriaként jelöli meg a vallási és spirituális problémákat.

„Z60.4 Vallási és spirituális probléma: Ezt a kategóriát használjuk akkor, ha a klinikai figyelem középpontjában vallási és spirituális probléma áll. Így például megzavaró tapasztalatok, amelyek következtében a hit kérdéssé válik vagy elvész, egy új hitre való áttérés problémái vagy a nem szükségszerűen egyházhoz, vallási intézményhez kapcsolódó spirituális értékek megkérdőjelezése.”⁴

A klinikai kód hangsúlyozza a spirituális értékek fontosságát, a vallásosság és spiritualitás megjelölése a DSM-V tengelyén pedig lényeges előrelépést jelentett annak idején, de ennek alapján nem tudjuk megkülönböztetni az egészséges és a beteg vallásos viselkedéseket.

Klinikai szempontból a normális és abnormális (pejoratívan *bolond* – tehát negatív valenciával rendelkező szó) viselkedés négy kritérium segítségével különböztethető meg: a statisztikai átlagtól és a társadalmi normáktól való eltérés, az alkalmazkodás hiányosságai és a szubjektív lelkiállapot.

1. *A statisztikai átlagtól való eltérés*, amely a ritka viselkedésben nyilvánul meg.

Kérdés azonban, hogy mennyire alkalmazható a statisztika akkor, amikor egyéniségről van szó. Az emberek nagy többsége nem zseni, nem misztikus, sőt nem boldog, és akkor joggal kérdezhetjük, hogy akkor ők mind „abnormálisak” lennének? Léteznek azért fordított Gauss-görbék is: az életszentség abnormalitással jár, statisztikai szempontból mindenképp, hiszen az átlagtól nagyon elütő módon kell élnie egy szentnek.

2. *A társadalmi normáktól való eltérés*. A társadalmi normák viszont időben és térben változhatnak. Tehát a társadalmi normák kritériuma sem segít túl sokat. A pszichiátriai „biblia” – a DSM – egyáltalán nem tud segítségünkre lenni például a vallásos viselkedési normák terén. A DSM-IV szerint egy vallásos hiedelem/hit nem téveszme, amennyiben azt a személy kultúrájához

4 A módosított DSM-IV, Animula, Budapest 2001, 260.

vagy szubkultúrájához tartozó más tagok is szokványos módon elfogadják. A vallásos szubkultúra esetében már problémákba ütközünk, mert szubkultúrának nevezni egy extrém, a többség vallásos viselkedésétől elütő viselkedésformát éppen olyan megbélyegző az adott csoport tagjai számára, mintha beteges viselkedésformának neveznénk. A Jim Jones vezette Népek Temploma szektájának viselkedése, amelynek több mint 900 tagja halt meg egyetlen nap alatt, amikor a szektavezér öngyilkosságra szólította fel híveit, egyértelműen pszichopatologikus, de az európai Krisna-tudatú hívók mozgalmáról nehéz megmondanunk, hogy egyáltalán szubkultúra-e.

Létezik azonban egy olyan diagnosztikai kategória, amit indukált pszichotikus zavarnak neveznek.

„F24. Indukált pszichotikus zavar (*Folie à deux*, *Shared Psychotic Disorder*):

A. Téveszme kifejlődése olyan személyben, aki szoros kapcsolatban áll a már kialakult téveszméjű személlyel (személyekkel).

B. A második személyben kifejlődő téveszme tartalma hasonló az elsődleges személy téveszméihez.

C. A zavar nem magyarázható jobban más pszichotikus zavarral (pl. skizofréniával), sem pszichotikus hangulatzavarral, és nem kémiai anyag (pl. visszaélésre alkalmas szer, gyógyszer) vagy általános egészségi állapot élettani hatása következtében jön létre.”⁵

David Berman *Religion and Madness* című cikkében felteszi a kérdést, hogy miért ne alkalmazhatnánk ezt a diagnosztikai kritériumot olyan vallások, szekták esetében, amelyek vezetői például nagy tömeget vonzanak a saját téveszmerendszerükbe, és rámutat arra, hogy miközben a DSM-IV a széles körben elfogadott vallásos hiedelmeket nem tekinti patológikusnak, mégis felállítja az indukált pszichotikus zavar diagnózisát.⁶

Azzal valószínűleg mindannyian egyetértünk, hogy a *Hit Gyülekezete* esetében fennáll ez az eset, hiszen sokan vallásos tömegpszichózisként

5 A módosított DSM-IV, Animula Kiadó, Budapest 2001, 131.

6 David Berman: Religion and Madness. *Journal of Religion and Health*, 2006/45, 359–370, itt 363.

tekintenek rá. Talán a legjobb, ha egy volt hitgyülis, jelenlegi ateista élményeit hallgatjuk meg ezzel kapcsolatban:

„Történetem a Hit Gyülekezetében kezdődik. Mielőtt a többi keresztény felekezet hívei elkezdenék dörzsölni a tenyerüket, hogy most egy jó kis »hitgyüli« ostorozás és szektázás következik, gyorsan ki kell ábrándítanom őket: az alapvető problémám nemcsak a Hit Gyülekezetével van, hanem úgy összességében a kereszténységgel és még általánosabban a vallással. [...]

Én is estem földre a »kenettők«. Az is tömegpszichózis. Amikor látod, hogy mások elesnek körülötted, te is *el akarsz* esni, mert akkor vagy a csoport és az »élmény« része. Úgyhogy hagyod elernyedni az izmaidat, és a földre esel. Megint csak hangsúlyozom: ott és akkor tényleg elhiszed, elhiteted magaddal, hogy a Szent Szellem vitt földre, tehát nem feltétlenül tudatos megjátszásról van szó (bár biztos van sok olyan is), inkább tudatalattiról. *Akarod, nagyon-nagyon akarod, hogy ez történjen!*⁷

Hasonló jelenséggel azonban a katolikus egyház keretein belül is találkozhattunk. Ha már nem is annyira mediatisált mostanában a *Nagyfigyelmeztetés*, hiszen leleplezték a mozgalom üzeneteinek sáfárát, mégis érdemes megvizsgálni. Pszichológiai szempontból rákérdezhetünk arra, hogy hogyan lehet az, hogy katolikusok sokasága receptív volt erre az üzenetre, sőt még egyházi személyek is felkarolták. A Facebook közösségi oldalon az angol nagyfigyelmeztetési oldalnak (*Jesus To Mankind*) 345 955 lájkolója van. A www.masodikejovetel.hu laphoz csatolt, magyar nagyfigyelmeztetési oldalnak 1233 lájkolója van, az utolsó bejegyzés november 13-án történt. A Nagyfigyelmeztetés Katolikus Szemmel FB-oldalnak, amelynek célja a katolikus tanítás ismertetése és a téveszmék megcáfolása, viszont csak 593 lájkolója van. Lehet, hogy addigra, amíg megszületett a hivatalos egyházi közlemény, a Nagyfigyelmeztetéssel egyet nem értőkben már lelohadt a kezdeti ellenreakciós hangulat.

⁷ <http://szabadgondolkodo.wordpress.com/2011/07/12/hogyan-lettem-ateista-httpateistanaplo-wordpress-com20110312hogyan-lettem-ateista/>, 2015. 10. 15.

A Nagyfigyelmeztetés üzeneteinek lényegét olvashatjuk a magyar nyelvű honlapon:

„Az Úr Jézus, az Isteni Irgalmasságról nevezett Mária látnoknőnek adott üzenetekben, meg akarja értetni velünk azt, hogy emberi történelmünk az idők végéhez érkezett, és belátható időn belül a társadalmi élet minden területén radikális változások várhatók; erre a változásra viszont komolyan fel kell készülnünk. Ehhez nyújtanak nekünk nagy segítséget korunk prófétái, közöttük e könyv prófétája, akinek – amint az az üzenetekből is kitűnik – egészen különleges szerep jutott.”⁸

Az indukcióra szóló utasítást is megkapják az üzenet követői:

„A nagy figyelmeztetéstől nem kell félni, viszont készülni kell rá. Aki elkezdte olvasni, megismerni, kérjük, szóljon családjában, baráti körében, hogy minél több emberhez eljussanak ezek az üzenetek, minél több lélek megmentéséhez tudjunk hozzájárulni. Ahogy szerepel is az üzenetekben, az üzeneteken keresztül kirajzolódó Misszió célja nem más, mint minden lélek megmentése. Az üzeneteken keresztül vezet bennünket Jézus, hogy az előttünk álló nehéz időben soha ne hagyjuk el az Igazságot.”⁹

Hangsúlyozom ismét, hogy nem teológiai szempontból szeretném tárgyalni ezt a jelenséget, hanem annak lélektani vetületeit szeretném vizsgálni. A Nagyfigyelmeztetés nem az egyetlen ilyen jelenség, számos hasonló jellegű vallásos megmozdulás létezett és létezik. Ma már elavultnak számít a Szent Antal imaláncról, a Jeruzsálemi Élesztő vagy a Végidők Szent Szőlője akcióiról beszélni, de hasonló elven működnek az úgynevezett imahadjáratok is. Ezeknek a jelenségeknek az alapja a ritualitás által biztosított szorongásoldás. Az ember természetes reakciója ez a végidőkre hirdetett nagy csapásoktól való félelemre.

3. *Az alkalmazkodás hiányossága*, amely a munkaképesség csökkenésében, a szociális élet hiányosságaiban nyilvánul meg.

Mentális zavarról akkor beszélünk, amikor a tünetek megakadályozzák, hogy a személy rendes körülmények között funkcióképes lehessen. Leggyakrabban ezt a munkaképességen mérik le.

8 <http://www.masodikeljovetel.hu/>, 2015. 10. 15.

9 Uo.

Egy festőművész kliensem a skizoaffektív zavara mellett még attól is szenvedett, hogy nem végez a társadalom számára hasznos munkát, mert nincs egy stabil 8 órás társadalmilag elvárt munkahelye, ami a betegsége előtt volt, merthogy így fogalmazott: „...akkor lennék normális, ha dolgoznék”. Egyébként pedig több tárlata is volt, csak éppen nem tudott beleilleszkedni abba a klisébe, amit szüleitől örökölt.

Egy másik alkalmazkodási probléma a szociális étellel kapcsolatos: létezik egy olyan kulturális elvárás, hogy az embernek kell legyen társas élete, másképpen valami nincs rendben vele. Ismert jelenség az úgynevezett hétvégi depresszió, kísérletek igazolták, hogy szoros korreláció van a hétvégi bennülés és a magányosság érzése között. Mennyiben tekinthetőek akkor a társas érintkezések kulturálisan meghatározott, elvárt formái az alkalmazkodás fokmérőjének?

Az alkalmazkodás kritériuma valójában szoros összefüggésben van a társadalmi normák kritériumával és végső soron azzal az emberképpel, amelyet magáénak ismer egy adott társadalom vagy csoport. A DSM-IV felhívja a klinikusok figyelmét arra, hogy ismerniük kell a kliens kulturális és vallásos referenciakeretét.

Az egyházon belül is léteznek úgynevezett „kulturális referenciakeretek”. Az addig rendjén is van, hogy amikor itthon magyar nyelvű misén vagyunk, igyekszünk a mellettünk lévőket nem zavarni beszédünkkel, és kimértebben nyújtunk békejobbot is, de amikor átrepülünk az óceán túlsó oldalára, akkor meglepődve tapasztaljuk, hogy esetleg a nyakunkba borulnak békejobb címén, és a *Thanks be to God* után azonnal elkezdődik a kötetlen társalgás. Ha összekeverjük a kulturális keretet, előfordulhat, hogy alkalmazkodási zavaraink lesznek, ha nem változtatjuk meg a viselkedésünket. Tudjuk, hogy a „mi így szoktuk” hatalma nagyon erős.

Minden csoportban való részvétel tudatos döntést igényelne arról, hogy engedünk-e vagy nem a csoportnyomásnak. És visszatérve a hitgyűlés esetére, nem az a baj, hogy a „kenettől földre esett”, vagy – a karizmatikus mozgalom terminológiájában – elnyugodott a Lélekben –, hanem az a baj, hogy ezt nagyon akarnia kellett, mert másképpen számolhatott volna azzal, hogy kizárják a csoportból, vagy ahogy ő fogalmazott, „kimarad az élményből”.

A lelkeségi mozgalmak jelenléte nagy áldás az egyház számára – ez kétségen kívüli, de megvannak a maguk veszélyei is. Az egyik veszélyforrás a csoportkohéziót biztosító *nyelvezet*. Minden lelkeségnek megvan a maga nyelvezete, „szlengje”, ha úgy tetszik. A probléma ott kezdődik, amikor a nyelvezet elveszíti szimbolikus jellegét, a szimbolikus tartalom kiüresedése pedig a szavak ritualizálódásához vezet.¹⁰

Owe Wikström szerint „a vallás nyelve egy szubjektív és egy objektív valóság hordozójaként működik a megerősítő szimbólumkörnyezetben”.¹¹ Vallásos szavainkat, amelyeket mi egy szubjektív tapasztalathoz rendelünk hozzá, mások szubjektív tapasztalatai erősítenek meg, és ezáltal objektívizálódnak. Wikström példaként hozza fel, hogy ha a gyermek egyik reggel így szól: „Éjszaka azt álmodtam, Jézus vitt a karján”, és a szülők keresztények, abban az értelemben, hogy a szó: Jézus – és az általa nyújtott biztonság – számukra valóságot közvetít, akkor ebben az esetben valami olyasmit fognak válaszolni, hogy „most már te is tudod, hogy Jézus megvéd, úgy, ahogy a tegnapi esti imában kértük”. Azáltal, hogy a legfontosabb emberek megerősítik a gyermekben ezt a szót, éppen olyan szubjektív tartalommal fog felruházódni.¹²

És ez rendjén van a gyermekek esetében, de előfordulhat zárt vallásos csoportokban, hogy a tagok a tekintélyfigurák szubjektív élményei szerint kódolják és alakítják a saját szubjektív élményeiket. Előfordulhat, hogy olyan tartalmakkal töltik meg a személy élményvilágát, amelyek ráépülnek a személyben rejtőző neurotikus tartalmakra. Példának említeném azt a kamaszkorú aggályosságban szenvedő lányt, akinek anamnézise során kiderült, hogy elsőáldozása előtt gyónásában a pap megkérdezte tőle, hogy előfordult-e, hogy megérintette magát azért, hogy nemi izgalmat okozzon magának.

10 Lásd ennek kapcsán Visky Bence *Békesség Istentől* című slam poetry alkotását: <https://www.youtube.com/watch?v=gRibsfi-ikhE>, 2015. 10. 15.

11 Owe Wikström: *A kifürkészhetetlen ember*. Animula Kiadó, Budapest 2000, 104.

12 Uo.

Nincs szándékomban megnevesíteni egyetlen vallásos vagy lelkeségi csoportot sem, ezért példaként itt a hagiográfiai toposzokat említeném. Minden korban megvoltak a trendinek számító vallásos élmények és gyakorlatok. Ismerős például a „csecsemőkorban minden kedden és pénteken nem szopott anyatejet” mintája. A nyelvvel valóságot teremtünk. A vallásos énekek esetében különösen is így van, hiszen sokkal jobban rögzülnek. Egy ekleziogén neurózisban szenvedő hölgy vallomásából idézek:

„Visszatekintve rendkívül érdekesnek találom az utolsó verssort: Jól vigyázz, kicsi én, nagy ne légy. Ez volt mindazok félelme és gondja, akik felelősnek érezték magukat nevelésemért: nehogy túlságosan öntudatosá váljak, ugyanis megvolt rá a hajlamom. Ezért ilyen intelmeket kellett hallgatnom: Maradj csak szépen szerény! Isten szemében semmi vagy. Ha pedig büszke voltam valamiért, akkor ez járta: aki magasan hordja az orrát, mélyre zuhan. Te válaszd mindig a legalázatosabb utat. Azokban a körökben, amelyekben felnőttem, az önbizalom olyasminek számított, amit csírájában el kell fojtani, mert aki túl sokat képzel magáról, esetleg beleesik abba a csapdába, hogy azt képzeled, lemondhat Istenről. Aki ellenben semmit sem feltételez önmagáról, annál inkább vár majd mindent Istentől. Azt hiszem, ebben rejlik önbecsülésem hiányának magyarázata.”¹³

4. *A (rossz) szubjektív élmény*, amely rossz közérzetben, szorongásban, depresszióban nyilvánul meg.

A legtöbb esetben a rosszként értékelt szubjektív élmények miatt fordul valaki pszichológushoz (azzal még nem keresett meg senki, hogy nagyon boldog, és ez neki már túl sok). Vannak viszont olyan személyiségzavarok, amelyek nem járnak szubjektíven rossz közérzettel, például egy narcisztikus személyiségzavarban szenvedő személy nem a személyiségzavara miatt fog megkeresni egy szakembert, hacsak nem válik kulturálisan értékessé szakemberhez járn.

A DSM ezeknek a kritériumoknak az együttes alkalmazása alapján állította fel a diagnosztikus kategóriáit. Annak ellenére, hogy

13 Elke Endrass – Sigfried Kratzer: *Megbetegítő hit? Kintak a válságból*. Kálvin János Kiadó, Budapest 2006, 50.

valójában mindegyik megkérdőjelezhető, együttes alkalmazásuk révén nagyjából be tudjuk azonosítani a patológiás vagy patológiára hajlamosító viselkedéseket, és ez éppúgy érvényes a vallásos viselkedésre is.

Egyes diagnosztikai kategóriák vallásos tünetekkel is rendelkeznek. Stahlberg¹⁴ szerint a vallásos viselkedés lehet a pszichopatológia kifejezője. A túl drámai megtérések képezhetik például egy pszichotikus zavar debütjét.

A *kényszeres zavar* vallásos megfelelője például az aggályosság. Az aggályos vallásos hiedelmek megkülönböztetésében Greenberg és Witzum¹⁵ négy kritériumot nevez meg: az aggályos hiedelmek sokkal intenzívebbek, gyakran rémisztőek az egyén számára, teljesen lefoglalják, rontják a szociális és öngondoskodási működését, és gyakran tartalmaznak speciális vallásos üzeneteket.

A *skizofréniában* szenvedő betegek esetében a vallásos tartalmú pszichotikus élmények gyakoriak, éppen ezért gyakran későn kerülnek diagnosztizálásra, ami rontja a prognózist. Lukoff¹⁶ szerint annak ellenére, hogy a vallásos tartalmú téveszmék negatív kimenetekkel korrelálnak, más vallásos tényezők – mint például a templomba járás vagy más, a téveszmén kívüli vallásos hiedelmek – pozitív kimenetekhez vezetnek.

III. Neurotikusabb-e a vallásos ember?

A neurózis és neurotikus szavakat gyakran használjuk, nemcsak a szakirodalomban, hanem ismeretes azok pejoratív használata is. Ha rákeresünk a *Magyar Nemzeti Szövegtárban*,¹⁷ az alábbi szóösszetételekben fordul elő: *neurotikus személy, személyiség, vonás, állapot, betegség, fájdalom, komplexus, rángás, tünet, város, világ*.

14 Utal rá Owe Wikström: *A kifürkészhetetlen ember*, 98.

15 Utal rá Allison L. Allmon: Religion and DSM IV: From Pathology to Possibilities. *Journal of Religion and Health*, 52/2013, 538–549, itt 542.

16 Utal rá Allison L. Allmon: *Religion and DSM IV: From Pathology to Possibilities*, 543.

17 Lásd <http://corpus.nytud.hu/mnsz/>, 2015. 10. 15.

A *neurózis* fogalmát William Cullen vezette be 1769-ben. Az akkor megjelent könyvében osztályozni próbálta a betegségeket, és négy kategóriát állított fel: lázak, cachexiák, lokális betegségek és neurózisok. Az akkori értelmezésben a neurózisokat az idegenergia túltengése vagy hiánya okozta. 1896-ban Emil Kraepelin kidolgozta a lelki zavarok rendszertanát, amelyben elkülönítette az idegi eredetű neurózisokat a lelki eredetű pszichózisoktól.¹⁸

Otto Kernberg később a két kategória közé ékelte a borderline (határeseti) személyiségzavart. Az 1980-as évektől kezdve azonban a Betegségek Nemzetközi Osztályozásának (ICD) újabb változatai már nem használják a neurózis kifejezést.

Az utóbbi évtizedekben a *neuroticizmus* fogalma kerül előtérbe, ami gyakorlatilag a neurotikus megbetegedésre való tendencia. A legtöbb, a vallásos viselkedés és a személyiségtényezők közti összefüggést vizsgáló kutatás ezt a változót használja. Az Eysenck Személyiség Kérdőív (Eysenck Personality Questionnaire) Kézikönyvének 1975-ös kiadása a neuroticizmus skálán magas pontszámot elért személyeket az alábbi módon jellemzi:¹⁹

„Szorongó, aggódó egyén, rosszkedvű és gyakran mélabús hangulatú. Hajlamos a rossz alvásra és számos pszichoszomatikus zavarra. Túlságosan érzelmi, túl erősen reagál mindenfajta ingerre, és nehéz számára, hogy visszatérjen az egyensúly állapotába minden egyes érzelmileg igénybe vevő élmény után. Az erős érzelmi reakciói interferálnak az alkalmazkodási készségével, és ez irracionális, néha merev reaklási módra készíti. Ha valaki egy szóval akarná leírni a magasan neurotikus egyént, azt mondhatná: az örökösen nyugtalanzkodó, mert a fő foglalkozása az, hogy azzal foglalkozzon, ami rosszul mehet.”²⁰

1978-ban Eysenck ezt a meghatározást adja: „A neurózis az a fogalom, amelyet gyakran használunk az erős érzelmekkel társult

18 Tringer László: A neurózis fogalmának rehabilitációja. *Orvosi Hetilap* 2012/34., 1327–1333. Vicc: A neurotikus és a pszichotikus személy is a fellegekben épít magának várat, a különbség csak annyi, hogy a pszichotikus bele is költözik.

19 Utal rá Leslie J Francis – Chris J. Jackson: Eysenck’s dimensional model of personality and religion: are religious people more neurotic? *Mental Health, Religion and Culture*, 2003/6, 87–100, itt 88.

20 Uo., a szerző szabad fordításában.

maladaptatív viselkedésre, amelyet a személy értelmetlennek, képtelennek, abszurdnak vagy irrelevánsnak él meg, de amelyet nem áll hatalmában megváltoztatni”.²¹

Ebből a meghatározásból elég nehéz lenne megérteni, hogy mit is jelent a neurotikusság, de később jobban kidolgozták a klinikai skálát, és több mérhető vonást azonosítottak. A legújabb verzió, amelyet Romániában jogosítvánnyal forgalmaznak, a Paul Costa, Jr. és Robert R. McCrae által kidolgozott 5 faktoros NEO-FFI. A NEO-FFI skála neuroticizmus alskálája két komponensből tevődik össze: negatív énkép és negatív emocionalitás. A negatív énképpel rendelkező személyek nehezen birkóznak meg a mindennapi stresszel, a nehéz helyzetekben inkább feladják a megküzdést, úgy értékelik önmagukat, mint akik kevés erőforrással rendelkeznek a környezethez való alkalmazkodáshoz. A negatív emocionalitás pedig az aggodást, félelmet, szomorúságot foglalja magába.

Az 1992-es Eysenck Személyiség Leltár (EPP) hét neurotikus vonást azonosít: alacsony önértékelés, boldogtalanság, szorongás, függőség, hipochondriás hajlam, bűntudat, kényszeresség.²²

A vallásos viselkedés és a személyiségvonások közti korrelációkat célzó kutatások gyakorlatilag Freud és Jung alaptézisein nyugszanak. Freud szerint a vallás pszichopatológiás jelenség, Jung szerint a vallásnak egészségtámogató szerepe van. Ennek megfelelően egyes kutatások arra irányulnak, hogy mennyire neurotikusok a vallásos személyek, más kutatások pedig arról szólnak, hogy milyen módon támogatják a vallásos viselkedések a lelki egészséget.

Bonelli és Koenig megvizsgálták, hogy az utóbbi két évtizedben milyen jellegű kutatások jelentek meg a legjobb pszichiátriai és neurológiai tudományos folyóiratokban. A 43 publikációból 31 (72,1%) pozitív korrelációs kapcsolatot talált a vallásos és spirituális viselkedés, valamint a pszichopatológiás viselkedések hiánya között, 8 tanulmány (18,6%) kevert (pozitív és negatív

21 Uo., a szerző szabad fordításában.

22 Utal rá Leslie J Francis – Chris J. Jackson: *Eysenck's dimensional model of personality and religion: are religious people more neurotic?* 95.

korrelációk együtt) eredményekre jutott, és 2 (4,7%) talált csak több mentális zavart a vallásosan viselkedőknél.²³

Számos kutatás vizsgálta a *megtérés* személyiségre kifejtett hatását, főképpen az új vallásos mozgalmak keretén belül. Paloutzian és társai szerint²⁴ az alap személyiségvonások, mint például az 5 faktoros modell vonásai (extraverzió, neurotikusság, tapasztalatokra való nyitottság, barátságosság, lelkiismeretesség) nem változnak meg a megtérés után. Ami változik, az a vonások kifejezésének modulálása az új vallásossággal megegyező módon.

McAdams egy háromszintes személyiségmodellt dolgozott ki. A személyiség első szintjét az *alpvonások* és *vérmeréket* képezi, és ezek speciális kontextustól függetlenül működnek. A második szintet a *személyes célok*, értékek és az önmeghatározás képezi, és ezek kontextuálisak. A harmadik szintet a *személyes identitás*, *narratívák*, *értelem* és a *globális önmeghatározás* képezi. A megtérés változást okozhat a második és harmadik szintben, de az elsőt nem érinti. Ezek a kutatások önjellemzéseken alapulnak, és a kutatók felhívják a figyelmet, hogy a megtérők hajlamosak újraértelmezni a megtérést annak függvényében, hogy mi a „típusos megtérési protokollja” az adott vallásos csoportnak, amelyben a megtérés történt.²⁵

IV. Vallási neurózis vagy neurotikus vallás

A vallás és a pszichológia közti feszült viszony gyakorlatilag Freud nevéhez és „a vallás kollektív neurózis” kijelentéséhez kötődik. Freudnak három ellenvetése volt a vallással szemben, melyeket az *Egy illúzió jövője* című művében fogalmazott meg. Szerinte a vallás az embernek a külső természeti erők és a belső ösztönökkel szembeni *tehetetlenség*érzéséből származik. És úgy, ahogy a gyermek

23 Raphael M. Bonelli – Harold G. Koenig: Mental Disorders and Spirituality 1990 to 2010: A Systematic Evidence Based-Review. *Journal of Religion and Health* 2013/52, 657–673, itt 657.

24 Peter Halama – Maria Lacna: Personality change following religious conversion: perceptions of converts and their close acquaintances. *Mental Health, Religion and Culture*, 2011/14, 757–768, itt 758.

25 Uo.

az apjához fordul védelemért a félelem és tisztelet ambivalenciája következményeként, úgy az ember Istenhez fordul. Freud szerint a vallás nem támogatja az embert abban, hogy kritikusan gondolkozzék, és az intézményesített vallás *illúziókra* tanítja az embereket. Freud harmadik problémája a vallás és az erkölcs összekapcsolása. Szerinte az erkölcs nem alapozhat a vallásra, mivel az hanyatlóban van.

Freud szerint az ember fejlődéséhez hozzátartozik az atyai ház elhagyása és a valósággal való szembenézés, mert ha tudja, hogy csak magára számíthat, csak akkor fogja kiaknázni saját szellemi potenciáljait. És még mielőtt nagyon elítélnénk Freudot – utalnék az evangéliumi történetre: az atyai házat elhagyó, tékozló fiú csak a visszatérése után ért meg atyja szeretetére, a nagyobbik fiú nem hagyta el a házat, de viselkedése regresszív maradt.

Freud nem volt egy elvetemült ember. Alapértékei, amelyekben hitt: a felebaráti szeretet, az igazság és a szabadság – jézusi értékek. Freud nézeteit a kor kontextusában kell értelmezni. Ezt most nincs időnk részletezni, csak azért vázoltam, mert Freud valláskritikája rávilágít a *neurotikus vallásos viselkedésre*.

Egy vallásos viselkedés akkor neurotikus, amikor kizárja a kritikus gondolkodás lehetőségét, amikor torzítja a valóságészlelést, és amikor a vallást helyettesíti az erkölcsi rendszerrel. Analitikus terminusokkal azt mondhatjuk, hogy a neurotikus vallásosság *felettes-én vallásosság*. A felettes-én vallásosságot a félelem motiválja, a büntető Isten képével szemben az egyén nem mer lázadni. Az egészséges vallásosság én-vallás. Az analitikus Lee szerint „az érett hit jellemzője ugyanis az autonóm én, s hogy az egyént nem rábeszélik, nem regresszív impulzusok és idegen emocionális erők vezérlik, hanem a meggyőződése.”²⁶

Brown a vallásos viselkedésnek az alábbi öt dimenzióját nevezi meg:²⁷

1. *Ideológiai dimenzió*: a „próféta” vallásossága, akinek határozott küldetéstudata van, felszólal az igazságtalanság ellen, a hit „tisztasága”

26 Owe Wikström: *A kegyetlenség embere*, 101.

27 Utal rá Szentmártoni Mihály: A felnőttkor vallásossága. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 2003/LVIII, 65–81, itt 70.

érdekében. Ha kizárólagossá válik ez a dimenzió, akkor a vallásos-
ságot fundamentalizmus jellemzi. Illusztrációként szolgáljon egy
részlet a Máriás Papi Mozgalom vezetőjének leveléből, amelyet püs-
pökének címzett:

„Sajnos misszióknak (*minél több testvérünket előkészíteni a második el-
jövételre és az azt megelőző eseményekre*) ezután még nehezebb lesz, a
konkolyhintés miatt.

Ami az imatálalkozóinkat, előadásokat illeti, biztosíthatom
Önöket, Isten és a Szűzanya segítségével soha nem törekszünk
a(*biteles*) Anyaszentegyház ellen szervezkedni, hogy most nehéz
dilemma elé kényszerülünk, a M Mozgalmunk 2. kötelezettsége –
egységben maradni a Szentatyával és a vele egyesült hierarchiával
– érvényben marad, ameddig az események ki fognak bontakoz-
ni, és a paradigmaváltás meg nem nyilvánul. Beigazolódik, hogy
a külső struktúra megmaradt, de a lényegét átkozmetikázták. Egy
Világegyházat elnöklő (*ellen*) „pápát, aki az Antikrisztus szekértoló-
ja, nem fogunk szolgálni”, még ha külsőségeiben nagyon szeretet-
teljes, elbűvölő, sokak körülrajongják. Már a jelei kezdenek mutat-
kozni, nagyon figyelmes a szegények, elesettek, peremre szorultak
iránt, de *az Egyház igazi nagy problémája* a hitehagyás, az erkölcsi
fertő, az elvilágiasodás stb. *Megoldódik önmagától?*²⁸

2. *Rituális dimenzió:* az ún. „papi” vallásosságot fedi. Ez a dimen-
zió a szertartás fontosságában mutatkozik meg. Ha kizárólagossá
válik ez a dimenzió, a vallásosság kimerül a formalizmusban, a
rituális külsőségekben. A formális vallásos viselkedést tetten lehet
érni a gyóntatószékben. A közelmúltban egy informális kutatást
végeztem pap ismerőseim körében arról, hogy milyen bűnöket
gyónnak meg mostanában az emberek. Az egyik véleménye szerint
a legtöbb gyónó esetében „tanult viselkedésformáról” van szó, a
lelki tükör kérdéseinek megválaszolásából áll a gyónásuk. Egy má-
sik kategóriájú gyónóra pedig a félelemből való gyónás a jellemző:
azért gyónnak, mert félnek Istentől, a pokoltól. A gyónás milyen-
sége fokmérője lehet a vallásos érettségnek, de ez már egy másik

28 <http://www.uzenetek.eu/news/amit-az-erdely-i-huseges-katolikusoknak-figyelmebe-ajanlok-1/>, 2015. 10. 15.

előadás témája, amely egyébként a tavalyi Pszichológus-Teológus Tanulmányi Napon elhangzott már.

3. *Tapasztalati dimenzió:* a „misztikusok” vallásossága, akik számára a tapasztalat, a kontempláció az elsődleges. Ha kizárólagossá válik, akkor a vallásos viselkedés egzaltálttá válik, amelyre jellemző a csodahajhászás és a túlfűtött érzelmi jámborság.

Az „üzenetek” korában élünk, mondhatjuk, hiszen rengeteg magán-kinyilatkoztatással van tele a virtuális világ. Egy nagyfalusi és medzsugorei üzeneteket, valamint más, meg nem nevezett forrásból származó imákat tartalmazó weblapon olvashatjuk az alábbi „szeretet- és békeüzenetet”:

„Szentséges Szívem ...! Szentlelkem volt a te vezetőd, ezért ne szentelj figyelmet a teológusnő véleményének. Imádkozz, hogy ő is elnyerje a Lelket, hogy megértse, az emberi számítások és az emberi tanok tették kietlen pusztasággá Egyházamat. [...] A teológusok és a filozófusok még nem találták meg az egység kulcsát, amely a bölcsességet őrzi. Beszélek, de nem értik, amit mondok. Csak enyém értenek meg engem. Ismerem őket, és ők is ismernek engem. [...] A halál semmivé válik a győzelemben. A Szeretet közel van hozzád, hogy vezessen téged. Őrizkedj ezektől a teológusoktól és filozófusoktól! Szigorúbb lesz az ítélet, amelyet ők kapnak! Szeress és áldj engem! Olyan bensőségesen szeress, ahogy tanítotlak, de soha ne feledkezz meg arról, hogy Szent vagyok!”²⁹

4. *Intellektuális dimenzió:* a „teológus” típusú vallásos viselkedés. Ha kizárólagossá válik ez a dimenzió, akkor a vallásosság „doktrinális agytornává” válik.

5. *Konzekvenciális dimenzió:* a „szerzetes” típusában testesül meg, aki számára a vallás életcél. Ebben az esetben aszketikus „performanciáról” beszélhetünk, ezekről a személyekről mondjuk, hogy sportot űznek az imából és a böjtből.

A vallás nem életcél, hanem életforma, az életcél Isten. Szentmártoni Mihály idézi egy angol publicista, Ronald A. Knox megjegyzését az érett vallásosság definíciójaként: „Az ember úgy érzi, hogy nem ő birtokolja a vallásosságát, hanem megfordítva: a vallásossága birtokolja

29 <http://bekeszeretet.lapunk.hu/>, letöltve 2015. október 15-én.

őt.”³⁰ Egy kis korrekciót javasolnék azonban: az ember úgy érzi, hogy nem ő birtokolja a vallásosságát, hanem Isten birtokolja őt.

Éppen úgy, ahogy a lelki egyensúlyban lévő személynek 25%-ban szorongónak, 25%-ban depressziósnak, 25%-ban hisztériásnak kell lennie, és 25%-ban értelmetlenül kell élnie, éppen úgy az egészséges vallásos viselkedésnek is egy kicsit „szerzetesinek”, egy kicsit intellektuálisnak, egy kicsit egzaltálnak, egy kicsit „paposnak” és egy kicsit fanatikusnak kell lennie.

V. „Légy bolond”

Térjünk vissza az említett dalra. Ahhoz, hogy ezt a dalt megért-
sük, szükségünk van a teljes szövegére és annak „holisztikus”
értelmezésére.

„Nagyon régen érkezett, melyik széllel kérdezed, keresem. /
Megjártam már több határt, hogy merre jár az igazság, keresem.
/ Ég és föld alatt nem lelem, tengert átszeltem párat. / Istent
kérdedtem, hol lehet? Azt mondta keresd tovább.

Refrén: Csak a bolond remél, csak a bolond remél, / Csak a
bolond remél, csak a bolond remél.

Bölcs vagy bolond elesett, kigúnyolnak megremegsz, de re-
mélsz. / Virág mézben, tavaszban, szerelemben szabadban, te
nem élsz. / Fény volt benned most nem leled, hagytad elveszni
mára. / Kéz csak kezét mos, hirtelen meg is áll a világ.

Légy bolond keresd tovább, hajt a tűz, hogy megtaláld újra,
újra, újra. / Légy bolond keresd tovább, van hited, hogy megtaláld
újra, újra, újra.”³¹

Ebben a dalban benne van minden, ami egy egészséges vallá-
sos viselkedéshez szükséges, de csak akkor tudjuk megfejteni, ha
elhagyjuk a főneveket és az igékre koncentrálunk:

1. Ideológiai dimenzió: *keresem (az igazságot)*
2. Rituális dimenzió: *keresd tovább ... újra, újra, újra.*

30 Szentmártoni Mihály: *A felnőttkor vallásossága*, 79.

31 <http://www.zeneszoveg.hu/dalszoveg/83053/ruzsa-magdi/csak-a-bolond-remel-zeneszoveg.html>, 2015. 10. 15.

3. Tapasztalati dimenzió: *megremegsz, de remélsz*
4. Intellektuális dimenzió: *Istent kérdeztem, hol lehet?*
5. Konszekvenciális dimenzió: *Légy bolond*

Október 28-án Rúzsza Magdi átírta a dalt, mert úgy érezte, hogy az a pozitív üzenet, amit szerzőtársával, Madarász Gáborral közvetíteni szerettek volna, nem ért el a hallgatóságához. Mivel Rúzsza Magdinak ez az egyik kedvenc saját dala, átírta a szöveget, a hangszerelést, és így született meg egy teljesen új felvétel *Ég és föld* címmel. Az igék azonban ugyanazok maradtak:

„Ember mindig remél, benned a föld és az ég / Ébredj fel, csak menj tovább, hajt a tűz, hogy megtaláld újra, újra, újra”³² – énekl most a refrénben.

Mi változott a szövegben? A bolondból ember lett. A kérdés most már csak az, hogy lesz-e az emberből bolond Istenért. Viktor E. Frankl szerint mind a vallás, mind a pszichoterápia elvezetheti az embert a gyógyuláshoz,³³ de ehhez a vallásos viselkedésnek „holisztikus” és nem „redukált” jellegűnek kell lennie.

Abstract:

“Only the Fool is Hoping”. Religious Neurosis or Neurotic Religion?

Keywords: *neurosis, neurotic religiousness, healthy religiousness, group pressure, symbolic language, subjective and objective experience*

The study points out the criteria of healthy religiousness, using the lyrics of a pop song as indicated in the title. The neurotic behavior can manifest itself in religious behavior, for example as the effect of group pressure. The subjective religious experience is objectified in language, and, as in every objectification, the religious language as well may present the risk that the content is reduced and becomes exclusive. Viktor Frankl drew attention to the danger of this reduction with the well-known

32 <http://www.zeneszoveg.hu/dalszoveg/91005/ruzsa-magdi/eg-es-fold-zene-szoveg.html>, 2015. 10. 15.

33 Viktor E. Frankl: *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Jel Kiadó, Budapest 2005, 78–82.

cylinder figure. The religious behavior has sanogenic effect only if it is not “reduced”, but “holistic”.

Homa Ildikó 1971-ben született Temesváron. Klinikai pszichológus, a bécsi Viktor Frankl Intézet által akkreditált egzisztenciaanalitikus és logoterapeuta. Jelenleg a BBTE Hungarológiai Doktori Iskola doktorandusza, kutatási témája az érzelmekről való beszéd nyelvi lehetőségei. Szerzetesnőként és pszichológusként fontosnak tartja a teológiai és pszichológiai megközelítések integrációját, amelyet gyakorlatban az általa kidolgozott és koordinált Élet bőségben című rendközi képzési és mentálhigiénés programban valósított meg. A program alapjául is szolgáló önismereti tréning anyagát nemrég jelentette meg *Evangéliumi lélektan – Önismeret mindenkinek* (Szent István Társulat – Verbum, 2015) című könyvében.

MŰHELY

Zsók Ottó

A „Sinnseelsorge”, vagyis az értelemföllelés lelki gondozásának fogalmáról egy konkrét esettanulmány kapcsán

Kulcsszavak: *Stephan Neufanger, lelkigondozás, esettanulmány, gyógyíthatatlan beteg, búcsúzás, rend, a létezés szembeállítás az (élet)értelemmel*

Előzetes megjegyzések. Stephan Neufanger barátommal írtuk meg a *Sinnseelsorge* című könyvet,¹ és magunk alkottuk meg ezt a magyarra nehezen lefordítható fogalmat. Lényege az, hogy az értelmes élet ápolása, az értelem föllelése – ami Viktor Frankl szerint mindig is konkrét helyzetekben történik – egy kifinomult lelki megérzést, lelki gondozást kíván meg, abból a tézisből kiindulva, hogy a múlthatatlan lélek valódi otthona a *logosz*, németül: a *Sinn*, vagyis az a fajta egyszerre konkrét és transzcendens értelem, értelmesség, amely eleve áthatja az ember életét – akkor is, ha bűnt követ el, ha szenved, vagy ha a halállal szembesül.

A fent említett könyvben publikált Ellruth F. asszony történetének a felvázolása – a szögletes zárójelekben tett saját kommentárokkal kiegészítve – képezi e tanulmány velejét, miközben az egész mondanivaló a logoterápia hármas tartópillérére épül: (1) az ember szabad akarattal és felelősséggel bíró lény; (2) az értelem akarása cselekvéseinek fő motívuma, és (3) az életnek feltétlenül van értelme, bár a végső, a transzcendens értelmesség a pusztán természetes ész, a *ratio*, a gondolkodás számára nem hozzáférhető, de átélhető és megtapasztalható.

1 Stephan Neufanger – Otto Zsók: *Sinnseelsorge. Ein Leitfaden für die Praxis*. EOS Verlag, St. Ottilien 2009.

Ha elfogadjuk, hogy a lélek otthona a *logosz*, a *Sinn*, az értelem mint értelmes élet, akkor arra is igent mondunk, hogy az élet határmezsgyéjén – például egy súlyos betegségben, mely az ember földi életét a véggel fenyegeti – felette jót tesz a *homo patiens*nek, ha egy olyan embertárs kíséri, támogatja, vigasztalja, aki képes megérezni a lelket és az értelmet is.

A következő konkrét példa a Frankl által kidolgozott logoterápia és egzisztenciaanalízis vezéreszméire építő lelkipásztori, segítő-gyógyító és igen, talán megszentelő beszélgetést is részletesen illusztrálja. Az értelmesség körüli lélegzondozás – a *Sinnseelsorge* – talán a halállal való érintkezés közelében válik felettébb aktuálissá. Ez a beteg történet bemutatja, amint egy súlyos szenvedéssel szembesülő ember tapogatózva kezdi megérezni saját szellemi őseredetét, miközben óvatosan hagyja magát lelkigondozóilag kísérni a lelkész által, aki e történetben egyben kiképzett logoterapeuta is. Az esetet maga a terápiás beszélgetést irányító katolikus plébános, Stephan Neufanger mondja el. Őt követve fűzök be kommentárokat szögletes zárójelben, rámutatva néhány szempontra, amely más lelkipásztorok számára is tanulságos lehet:²

(Ellruth F. asszony lánya – Andrea – felkér engem, hogy beszélgessek vele és édesanyjával, aki gyógyíthatatlan nyelőcsőrákban szenved, és aki most a halálát és a temetését szeretné előkészíteni. F. asszony 74 éves. Nem ismerem. Ő a szomszédos egyházközségben lakik, de ismer engem a szentmiséről és a lányán keresztül, aki a mi egyházközségünkhöz tartozik. Megbeszélünk egy időpontot, amikor elmegyek haza az édesanyjához. Az asztal kávézáshoz van terítve. A lánya, Andrea is ott van. Ellruth F. asszony jó benyomást tesz rám, nem látszik rajta a halált hozó betegség. Ezen gondolattal nyitja meg ő a beszélgetést.)

– Csodálkozni fog, hogy milyen jól nézek ki. Még nem látszik rajtam a betegség. Hat hete tudom a diagnózist: nyelőcsőrák előrehaladott stádiumban. Megmondtam az orvosnak, hogy nem szeretnék sem kemoterápiát, sem másféle kezelést. Nem akarom magam kitenni ennek a szenvedésnek. Tudom már, hogy milyen. Az utóbbi időben sok ismerősömet láttam kemoterápia ellenére

2 A továbbiakhoz vö. uo., 223–242.

rákban meghalni, és ez nagyon fájdalmas. Mintegy négy hete hordok fájdalomcsillapító tapaszt. Az ópium jót tesz, és enyhíti a már most meglévő fájdalmaimat. Ezzel tudok élni. Azt az időt, ami még maradt, a lehető legjobban szeretném alakítani és leélni. A lányom, Andrea, akit ön ismer, segít nekem. Sok mindent teszünk együtt. Az ismerősöket és a barátokat már értesítettük, részben meg is hívtuk, és néhányuktól már el is búcsúztam. A legtöbben azok közül, akikkel erről beszélünk, egyrészt megértik ezt, másrészt viszont előfordul, hogy tartózkodó magatartásba vagy csodálkozásba ütközünk.

– Andrea az ön egyedüli lánya?

[A lelkész/a logoterapeuta itt a családi helyzetről tudakozódik. Ilyen helyzetben nagyon fontos, hogy a *homo patiens* tudja és tudatosítsa azt, hogy számíthat családtagjai támogatására, akiket a logoterapeuta tudatosan bevon az általa alakított segítői folyamatba.]

– Van még két fiam: Michael és Stefan.

– *Velük is beszélt az állapotáról és szándékairól? És ők hogyan reagáltak?*

– Stefan, a fiatalabb megérti, akár Andrea. De Michael, az idősebb nem. Ő úgy véli, hogy feltétlenül kellene valamit tennem. De örvendek – örvendünk (*ránéx a lányára*) –, hogy egyáltalán idejött most a meghívásomra. Sok időn át nem beszéltünk egymással. Pár évvel ezelőtt összevesztünk, örökségi ügyek miatt.

– *És az ön férje, édesapátok?*

[Ez is egy fontos kérdés, hiszen az élettárssal való kibékülés adott esetben nagyon megkönnyíti a láthatóságból való távozást, ezenkívül pedig itt egy „Sinnanruf”, az értelem, az értelmesség, a „logosz” felhívása rejtőzhet, amit a logoterapeuta minden esetben szem előtt tart és szókratészi rákérdezéssel tudatközelbe hoz.]

– Én kétszer elváltam. Az első nagy szerelmemhez nem tudtam feleségül menni. Meghalt. Vele megmásztam pár hegyet, hegy-mászók voltunk. És lezuhantunk. Ő nem élte túl. A Zugspitzen történt. A hegyek az én szenvedélyem, a hegyek és a tenger. Aztán feleségül mentem egy férfihez, de elváltam. Nem bírtam tovább a hűtlenségét. A második férfi, akihez aztán hozzámentem, nem akart gyerekeket. Én viszont igen. Mindig is szerettem volna gyerekeket, sok gyereket. Aztán csak lett három gyerekünk. De ő nem

akart gyerekeket. Aztán elhagyott engem. Azt mondta, az alkohol miatt. Sokat ittam. Voltam az Anonim Alkoholistáknál – 15 éven át –, ők sokat segítettek rajtam. De huszonhárom éve száraz vagyok. Tudja, mi segített nekem különösen? Ez a mondat:

(Megmutatja nekem egy Anonim Alkoholisták újságban, mely az asztalon volt, az AA. program harmadik alapelvét. Olvasom: „Elhatároztuk, hogy akaratumkat és életünket – a saját felfogásunk szerinti – Isten gondviselésére bízunk”.)

– *Ez egy nagyon nagy teljesítmény, amelyet ön ott elért.*

– Én kegyelemnek tekintem.

– *Bizonyára az is, de én azt gondolom, hogy egy ilyen erős akarat nélkül, és egy ilyen erős bizalom nélkül, ahogyan ez itt le van írva, nem sikerülhet. De önnek sikerült. Ez igazán csodálatra méltó.*

[Itt a logoterapeuta kiemeli a személyes érdemet, azt a bizonyos szellemi teljesítményt – németül: „geistige Leistung”, amint Frankl mondja –, amely mindig is előfeltétele annak, amit kegyelemnek nevezünk, ugyanakkor ez megerősíti a szenvedő lélek önbizalmát, azt, hogy „értékes vagyok”, hiszen önértékem észlelése és érzése nélkül aligha vagyok képes továbblépni.]

– Ugyanakkor egy kegyelem is.

– *Van-e az ön életében egy olyan pont, amely kiváltotta azt, hogy abbahagyja az ivást? Mi volt az, talán a gyerekek?*

[Fordulatot bevezető kérdés, amely a visszapillantás perspektívájából Ellruth asszonyt mintegy kihívja, hogy pontosan válaszoljon a kérdésre. Ezáltal tud majd állást foglalni most, a jelenben, a múltbeli eseményekkel szemben.]

– Több tényező játszott közre: nekem a legrosszabb az önértékelés érzésének a hiánya volt. Szüntelenül megfogadtam, hogy abbahagyom. De nem sikerült, egész eddig az álomig. A lányomnak már többször elmeséltem: megálmodtam a saját temetésemet; a gyerekeim a síromnál álltak. Hallom, ahogyan a gyászszereg közül felszólal egy hang: ez halálra itta magát. Ez engem teljesen megrémített. Gondoltam: most már tehát köztudott, most már mindenki tud róla. Ezt nem tehetem és nem akarom tenni a gyerekeimmel. Ebben az értelemben valahogy csak a gyerekeim voltak azok, akiknek a kedvéért le akartam mondani az italról. Tulajdonképpen hogy is van az én temetéssel? Tudom, hogy a válásom miatt

el vagyok tiltva a szentségek vételétől, de azért el lehet temetni engem?

– *Igen, miért ne? Nem látok itt semmi akadályt. A temetés nem szentség. Először is megpróbálta az első házasságot érvényteleníteni?*

– Igen, de aztán három négy ülés után megszakítottam. A felelős lelkész megközelítési kísérletei egyre hevesebbek és erőszakosabbak lettek. Azóta nagyon homályos a viszonyom az egyházzal.

[A lelkész itt tudomásul veszi a negatív élményt, de nem fessegeti tovább, mert a jelen pillanat logosza szerint más és fontosabb kérdést igényel.]

– *Jelent-e önnek valamit, hogy el van tiltva a szentségektől?*

– Nem!

– *Jelentenek-e önnek valamit a szentségek?*

(Ellruth asszony elgondolkodik.)

– Voltam egyszer egy evangélikus istentiszteleten. Aztán rövid önküzdés után elmentem úrvacsorát venni. Ez engem ott belül nagyon pozitívan érintett.

– *Úgy véli, lelkileg meg tudná önt nyugtatni, ha mégis fogadhatná a szentségeket?*

(Koncentrált mélységgel rám néz, és azt mondja:)

– Igen, egész biztosan!

– *Ezen fogok gondolkozni. Nekem személyesen nincs semmi gondom azzal, hogy ezt önnek lebetővé tegyem, és úgy vélem, meg is tesszük ezt. Ne aggódjon emiatt, gondoskodom erről. Ide tudom hozni önnek a szentségeket, vagy megtehetnének egyszer egy szentmise keretén belül is.*

[A logoterapeuta/lelkész nem egyházjogi problémákkal áll elő, hanem harmonikusan reagál arra, amit az asszony mond. Tovább fonja a fonalat, és felajánlja neki, hogy szentségekhez járulhat, hiszen ez az asszonynak lelki megnyugvást jelent.]

– Igen, úgy jobb lenne, nagyon szeretném – egy szentmise alkalmával.

– *Asszonyom, ahogyan önt hallom az életéről mesélni és beszélni, egy nagyon erős akaratot érzek önben. Már annyi hegyet – hogy is mondjam? – megmászott életében. Mi van azzal a beggyel, amely előtt most áll?*

[Itt a közeljövőre céloz a logoterapeuta, arra a nagy kihívásra, mely előtt mindannyian ott találjuk magunkat, amikor érzésünk

szerint meg vannak számlálva a napjaink. Ugyanakkor indirekt módon felszólítja az asszonyt, hogy tudatosabban ráérezzen arra, mit jelent „egy másfajta hegyet megmászni”, ami itt nem fizikai, hanem lelki és szellemi erőfeszítést igényel.]

– Tudatában vagyok betegségem kilátástalanságának. Az orvosok erről nem akarnak beszélni. Mindenik állandóan csak tenni akar valamit. Lehet, a hippokratészi esküjük miatt vélik úgy, hogy mindvégig tevékenynek kell lenniük, és hogy minden lehetőséget meg kell próbálniuk. Egyikük sem mutatott megértést az én álláspontommal szemben. Én tudom, mi van körülöttem. Nem tudom, meddig érzem még ilyen jól magam, mint most. Még hónapokba telhetne. De mehet nagyon gyorsan is. Több mint valószínű, hogy minden a tavaly ősszel kezdődött a hátfájdalokkal, amelyek egyre erősebbek lettek. Időközben ráment a nyirokmirigyre és a tüdőre. Már nem fog sokáig tartani. Egyes barátaimtól már elbúcsúztam, és bizonyos viszonyokat rendbe hoztam. Mások esetében ezt még el szeretném rendezni. Még sok szép dolgot szeretnénk együtt csinálni. *(Ránéz a lányára.)* Természetes, hogy szomorúak leszünk, amikor eljön az idő, de nem esünk kétségbe. Sőt, néha még igazán vidámak is tudunk lenni. Például vásároltam a lányomnak egy kerti bútor garnitúrát. Egyszerre csak azt mondja neki valaki: erre aztán különlegesen kell vigyázz, ezt édesanyád „a szájától vonta meg”. Mindannyian kacagtunk, mert tényleg úgy van, hogy egy idő óta semmi szilárd ételt nem tudok enni, mivel a nyelési nehézségek egyre csak súlyosbodnak.

– *Tehát ön elhatározta magát, hogy búcsút vesz ettől az élettől. Én ezt megértem. Van-e valami, ami önnek most, a búcsúzás során a legfontosabb lenne?*

[Minden emberi életben van egy ún. értékhierarchia. Ezt akarja tematizálni a fenti kérdés. A logoterápia nagy hangsúlyt fektet arra, hogy az egyén megérezze a saját legfontosabb értékeit, hiszen eleve elfogadja azt a tézist, hogy minden embernek vannak igazi, maradandó értékei vagy legalábbis elképzelései, sejtelmek azokról. Pontosán ezt kell, adott esetben, megfelelő kérdéssel – szókratészi dialógus formájában – tudatosítani.]

– Igen, a legidősebb fiam, Michael. A vele való viszonyomat szeretném még rendbe hozni. És aztán még valami: nem tudok imádkozni. Voltunk ugyan egy kolostortemplomban és egy másik

templomban is. A templomban való ülés nagyon megnyugtató, de imádkozni nem tudtam.

(A lánya úgy véli, hogy már az is imádságnak számít, ha az ember észleli egy templomban a csendet.)

– *Gondolja, hogy amit Istennel szemben érez lelkében, azt valahogy ki is szeretné mondani?*

– Igen, pontosan, így gondolom, ezt szeretném.

– *Gondolom, hogy egy templom terme ebben segíthet, és biztosan egy jó külső feltételt képez, de majd a tulajdonképpénit, az Istennel való beszélgetést önállóan kell megtenni.*

– Igen, igaza van.

– *Fogok önnek segíteni, ha szeretné.*

[Diszkrétan ajánlja föl segítségét a plébános, aki itt egyben logoterapeuta is, tudván azt, hogy az elfogadást a másik szabad akarata teszi lehetővé.]

(Ennek hallatán örvend és sugárzik belülről.)

– *Tudja, F. asszony, tulajdonképpen ma még nem szeretnék a temetéséről beszélgetni, ehhez Ön nekem még túl eleven. (Együtt kacagunk.)*

[Hát igen: A humor nagy mester a szorult helyzetekben, és a logoterapeuta, aki tudja, hogy a humor szellememberi jelenség, mindig is derűs humorral fűszerezi mondanivalóját ott, ahol a helyzet, az interperszonális kommunikáció ezt megengedi.]

– *Gyakrabban szeretnék önnel beszélgetni. És van a fejemben egy bizonyos könyv, amelyet szívesen előkeresnék és szeretettel elhoznám önnek. Arról a témáról van szó, hogy meg kell tanulni meghalni. Azt hiszem, segíteni fog önnek.*

– Persze, nagyon szívesen, épp ilyesmit keresek, egy szellemi kísérést. Nagyon örülnék neki.

– Én szívesen kísérném önt, ha szeretné, készen állok arra, hogy akár többször is elbeszélgessek önnel.

[A beszélgetés befejezése előtt a logoterapeuta további perspektívát nyit, kifejezetten megemlítve, hogy továbbra is szívesen beszélget a *homo patiensszel*. Ez egy igen fontos szempont, és ezzel tisztában van a lélekkel érző terapeuta.]

(F. asszony láthatóan megkönnyebbült, ugyanúgy a lánya is. Elkérem a telefonszámát, és megegyezünk, hogy jelentkezni fogok nála, miután kikerestem az olvasnivalót. Egy pár szövegrészre

gondoltam *A túli világ könyve* című könyvből. A beszélgetés mintegy másfél órát tartott.)

Péntek, július 8.

Eljön hozzám Andrea, és jelenti, hogy időközben az édesanyja állapota változott: elmentek együtt színházba, ahol az édesanyja fuldoklási rohamot kapott. A mentőorvos beutalta őt a kórház palliatív (gyógyíthatatlan betegek fájdalmainak és egyéb kínzó tüneteinek megszüntetése vagy csökkentése) osztályára. Ott rávették az orvosok és a személyzet, hogy telessenek neki egy Port-katétert,³ mivel enélkül éhen és szomjan halna. Nemsokára már infúzió és úrhajós kosztos van, amit egyáltalán nem akar. Szemrehányást tesz saját magának, hogy nem volt elég erős. Kedd óta otthon van, és szeretné, ha meglátogatnám.

Szombat, július 9.

(Beszélgetés F. asszonnyal. Itt van még a lánya, Andrea, a fia, Stefan és felesége, később megjön Michael is, aki beszélgetés

3 „A beültetett katéterek és vénakanülök olyan szövetbarát csövecskék, amelyeket rövid sebészeti beavatkozás során a vénákba illesztnek, hogy a beteg számára kellemetlen, gyakori tűszúrásokat elkerüljék. Ezzel csökkenthető a fájdalom és félelem, illetve annak veszélye, hogy a kemoterápiás készítmény vérpályán kívül kerülve súlyos károsodást idézzen elő a környező szövetekben. A vénakanülök fertőzés forrásai is lehetnek, és vérrögök, csomók is képződhetnek bennük. Ezért ezeknek az eszközöknek a környezetét naponta gondosan meg kell vizsgálni. A katétereknek több fajtája használatos, leggyakrabban a Hickman-katéter, illetve a Port-katéter. A Hickman-katéter egy hosszú, rugalmas cső, amelynek egyik vége a szív előtt egy nagy vénában van, a másik pedig a bőr felszínén, a mellkason. A kemoterápiás készítményt, transzfúziót, intravénás folyadékot a csőbe juttatják anélkül, hogy a páciensnek a tűszúrás miatt félelmet, fájdalmat kellene elszenvedni. A katéter segítségével vért is tudnak venni a betegről. A Port-katéter abban különbözik a Hickman-katétertől, hogy teljesen a bőr alá helyezik. Ez egy kis fém kazetta gumi felsőrészszel, melyet a mellkas bőre alá ültetnek be. A katéter a bőr alatt, a kulcscsontnál egy vénába, majd a szívhez vezet. Vérvétel vagy transzfúzió esetén a nővér egy tűt vezet a porton lévő gumi felsőrészbe. Az orvossal, illetve ápolószeméllyel megbeszélve lehet eldönteni, melyik katéter a legmegfelelőbb [...] (a beteg) számára.” Vö. Beültetett katéterek. <http://daganatok.hu/a-gyermekekori-daganatok-es-kezelesuk/beultetett-kateterek> (2011. 02. 28).

közben telefonál, és F. asszony megkéri, hogy jöjjön el. Michael az a fia, akivel már hosszú ideje nem tartja a kapcsolatot; időközben már kétszer beszélt vele telefonon.)

– *Hogy érzi magát, F. asszony?*

– Biztos hallotta már Andreától, most van egy ilyen katéterem. Ezt én nem akartam. De az orvosok bizonytalanná és gyengévé tettek. Az egyik azt mondja, rosszabb az éhen halás, a másik azt mondja, rosszabb a szomjan halás. Nekem már mindegy, szeretném, ha hamarosan vége lenne már. Ezt az állandó hányingert sokszor nem lehet bírni. Az orvosok úgy vélték, egy terápiával még a nyarat túlélném. De ha túlélem a nyarat, túl akarom élni a karácsonyt is, majd a tavaszt is és így tovább; nem, nem, ezek mind kívánságok, ez nem az én akaratom. A dolgok legtöbbször elintéztém. Időközben még Michaellel is beszéltem kétszer.

– *Mit mond Michael most, hogy ön orvosilag megtagad bármely beavatkozást?*

– Ő is elfogadta és egyetért velem, akár a többiek. Közben a bátyám is eljött hozzám. Évek óta nem beszéltünk egymással. Örvendek (s ekkor körbenéz), hogy a gyerekeim mellett vannak. Ők nekem a legértékesebbek.

– *Elohvast a könyveket, amelyeket eljuttattam önnek? Tudott kezdeni velük valamit?*

[A logoterapeuta itt visszacsatol a korábbi beszélgetéshez, és mintegy újra fölveszi a fonalat, remélve, hogy lehetséges egy kis előrelépés. Hiszen a saját személyes egzisztencia konfrontálása a logosszal – „Konfronation der Existenz mit dem Logos” – sajátosan logoterápiai „fogás”, illetve módszeres közbelépés, amely az esetleges félrebeszélést, ami ebben az esetben nem áll fenn, a gyógyulás, illetve az értelemföllelés lehetőségének az irányába tereli.]

– Igen, nagyon is. A lelkemhez szóltak, és jót tettek nekem.

– *Mi volt az, ami a legjobban megérintette?*

– Nagyon jót tett nekem az a rész, amelyben le van írva, hogy vannak segítők, akik várnak, csak meg kell ragadni a kezüket. Csak azt remélem, hogy majd elérem ezeket a kezeket.

– *Bizonyos (szellemi) segítőkre vagy emberekre gondol?*

– Igen, próbáltam ezen elgondolkozni, hogy kik lehetnek ezek. De azt hiszem, nem annyira fontos, ha most az egy bizonyos személy. Gondolom, más, ismeretlen kezeket is lehet remélni.

– *Én is úgy hiszem. Nem feltétlenül egy olyan valaki kell legyen, akit ismerünk. Sokkal fontosabb, hogy elérjük a kezeiket. De én úgy vélem, önnek sikerülni fog. Van-e talán még valami, ami önnek a szövegekből tetszett?*

[A logoterapeuta továbbra is a lelkileg és szellemileg fontos részletekre irányítja a figyelmet, hiszen az asszony itt olyan nyitottságról tanúskodik, ami bizonyos értelemben ritkaság.]

– Igen, azt a gondolatot is szépnek találom, amelynek megfelelően a halál után ahhoz, akihez az ember közel áll, szellemileg erősebben kötődik. Nem tudom pontosan, hogy van ez, de nagyon vigasztaló gondolat.

– *Lehet, azért erősebb, mert a szellemi világban a testünk nem jelent akadályt. Testiségünk gyakran nehezíti az utat a szellemi felé. A halálban elveszítjük testünket. De a lelkünk tovább él ebben a másik világban, a lélek (a szellem) világában anélkül, ami minket néha pszichikailag és fizikailag akadályoz vagy terbel.*

– Igen, meglehet. De előbb el kell oda érni. És most nekem ez a feladatom. Nehéz meghalni. Ezen az utolsó úton bizonytalan vagyok. Hogy megy ez, hogyan jut el az ember ebbe a másik világba?

– *Emlékszik még a szövegekre? Ott a halál az alvással van összehasonlítva. Tulajdonképpen – ebben az értelemben – mi minden nap meghalunk egy kicsit, amikor lefekszünk és átadjuk magunkat szellemünknek, miközben elengedjük a tudatunkat. A test kiadja kezéből a maga feletti hatalmat, de a lélek eleven marad. Úgy gondolom, a halálban valami ehhez hasonló történik, kiadjuk magunkat a kézből, akár az alvásnál. Csak ezen alkalommal végérvényesen, a testünk nem fog többé újraébredni. Neki nincs visszaút. De a lelkünk tovább él. Olyan, mintha átmenne az ember egy hídon az örökkévaló szellemi élet felé, egy irányban, amerről visszajönni nem lehet. Egyszer mindannyian át kell mennünk ezen a hídon. És minden ember, gondolom én, egyedül kell átmenjen ezen a hídon.*

[Egy találóan szép hasonlattal érzékelteti a logoterapeuta az „átkelést”, s ezzel együtt csökkenti az asszony félelmét, illetve vigasztalja a lelkét. A lelki vigasz az egyik legfontosabb eleme annak, amit Viktor Frankl „Ärztliche Seelsorge”-nak (orvosi lelkigondozásnak) nevez, és amit mi a könyvünkben „Sinnseelsorge” névvel illetünk.]

(A meny erre azt mondja:) – *De addig nem vagy egyedül, anya, mi itt vagyunk neked, elmegyünk veled a hídig.*

– Igen, tudom, és ez jólesik, hogy itt vagytok. Mégis néha félek, mert nem tudom, hogy az milyen lesz – a halál.

– *F. asszony, tulajdonképpen ön hány hegyet mászott meg életében?*

[Újabb látókörtágítást jelenthet ez az impulzus, hogy az asszony kilábaljon egy kicsit benső szorongásából.]

(Kacag): – Nagyon sokat.

– *Mi volt önnek a hegmászásnál fontos: az út vagy a csúcs?*

– Természetesen a csúcs!

– *Nos, akkor bizonyosan sok nehez utat hagyott már a háta mögött.*

– Isten tudja, hány és milyen nehéz útvonalakon másztunk fel.

– *Látja, nem lehetne a halál esetében is úgy, mint a hegmászásnál: a cél a döntő! Az út addig inkább másodrangú. Vállalja az ember az utat ahhoz, hogy elérje a célját?*

[Ez itt szintén szókratészi dialógus, amely révén az asszony maga fogalmazza meg a választ.]

(Egy megváltott, felszabadult szó: – Igen, pontosan így van ez! – Időközben megérkezett a fia Michael, és ott ül ő is a körben.)

– *Úgy vélem, életében már sokszor bizonyította bátorságát és nagy akaraterejét. Például legyőzte az alkoholizmust. Ez egy óriási teljesítmény, egy hőstett. Büszke lehet erre.*

[Emlékeztető bátorítás, hiszen ezt a teljesítményt nem lehet eléggé hangsúlyozni. A jóra és a szépre, a sikeresre és az értelmesre emlékezni, mindezt tudatosítani felettébb jelentős intervenció.]

– Igen, tudom, az egy nehéz időszak volt számomra, és még nehezebb a gyerekeimnek. Mindig szerettem a gyerekeimet. Ők a legértékesebbek számomra. A gyerekek miatt tudtam legyőzni az alkoholizmust, de Isten segítségével is. Isten nélkül nem sikerült volna. Tulajdonképpen akkor kezdtem el újból hinni. Ő segített nekem.

– *Amikor Istenről beszél, mit ért ezalatt, hogyan képzeled el Istent?*

– Hát, nincs egy tiszta elképzelésem róla. Nem gondolok konkrét alakra vagy személyre. Egyszerűen egy fölérendelt hatalom, amelynek nincs egy meghatározott alakja. Valójában nem tudom.

– *Biztosan élt már át életében olyasmiket, mint a védettség, biztonság vagy bizalom. Mit ért ezeken?*

[A nehéz kérdést, hogy mit ért az Isten szón, a logoterapeuta visszacsatolja az asszony személyes tapasztalatvilágához, s így megkönnyíti a „szent titok” megközelítését.]

– Az ott van, ahol úgy lehetek ott, amilyen én vagyok, egyszerűen védve. Igen, bízni tudni, ez nagyon fontos volt nekem az életemben, valahogy jó kezekben érezni magam.

– *Lehetne ez önnek Isten?* (Egészen éberén néz rám.)

– *Milyen lenne, ha az a legmélyebb védettség, amit életében érzett, megélt, Isten lenne?*

– Az nagyon szép lenne, akkor nem kellene félnem átmenni a hídon.

– *Én úgy gondolom és azt hiszem, hogy ez Isten. Isten az, akinél úgy lehetünk, amilyenek vagyunk. Ez azt is jelenti, hogy nála minden, ami életünk-höz tartozik, valahogy jó kezekben van. Az életben semmi nem volt haszталan vagy hiábavaló. Minden, amit ön életében megtudhatott, átélhetett, nála jó kezekben van, és nála fog lezárulni. Mindazt és mindenkit, akit ebben az életben szerethettünk, magunkkal visszük ebbe az örökkévaló lélek világába, amely Istennek a világa. Ez teszi életünket ilyen egyedülállóvá. Természetesen nem tud senki közülünk tökéletesen szeretni. Ezért hisszük, hogy Isten ki fogja egészíteni azt, ami innen hiányzik, és véghez viszi majd azt, amit mi eddig megéltünk.*

– Ezek nagyon szép gondolatok. Igen, így tudok Istenben hinni. Ami még nehezemre esik, az az imádkozás. Bárcsak ne lettem volna gyenge a porttal kapcsolatosan. Ha nem hagytam volna, hogy betegyék, akkor már lehet, hogy vége lenne.

(Erre megszólal a meny:) – *De nézd, akkor most te és mi már nem tudtunk volna egy ilyen jót beszélgetni.*

– Ebben igazad van, az tényleg kár lett volna.

(F. asszony jelzi, hogy holnap – vasárnap – el szeretne jönni szentmisére. Mivel már nem tud nyelni, felajánlom, hogy áldozás helyett betegáldást adnék.)

– *Itt hagyok önnek még egy könyvet az imáról. Ugyanaz a szerzője, mint a többi szövegnek. Ebben sok fontos sugallatot lehet kapni az imádkozáshoz. Gondolom, segíteni fog önnek. A könyv végén imák is vannak, amelyek talán az ön lelkiállapotának megfelelnek. Kiváltképp javaslom önnek a Betegségben és ínségben címszó alattit.*

(Felolvasom a szöveget:)

Készségesen / Akarom magamra venni azt, / Amit akaratom már nem fordít el, – / Még akkor is, / Ha az, ami engem megsebez, / Véget vet földi életemnek! / Minden, amit akarok / És remélek, / Az, / Hogy ez a földi

fáradtság / Melyet türelemmel viselek el, / Nekem még csak annyi erőt hagyjon, / Hogy én mindig / Világosan megértsem: – / Amint minden szenvedés / Csak megszabadít engem / A földi alávetettségből.

– Ezen majd mélyebben kell elgondolkoynom. Nagyon köszönöm az idejét és ezt a beszélgetést, jót tett nekem.

(Felajánlom további kíséretem, és megkérem, hogy szükség esetén hívjon fel. Még ezen a napon telefonhívást kapok F. asszony menyétől, Michael feleségétől. Ő hárfázik, és a férje megbízatásából megkérdezi, hogy a holnapi szentmise keretén belül eljátszhatna-e esetleg néhány darabot meglepetésként Michael édesanyjának. Azonnal beleegyezek.)

Vasárnap, július 10.

(F. asszony eljön templomba. A menyé hárfázik. Áldozás helyett F. asszonynak betegáldást adok. A szentmise után Andrea lánya megkér, hogy a következő napokban nézzek be az édesanyjához, egyedül szeretne velem beszélgetni. Időközben már harmadik napja, hogy nem fogad el semmit, sem ételt, sem folyadékot, a katéteren keresztül sem.)

Kedd, július 12.

(Beszélgetés F. asszonnyal – egyedül. Ma Andrea lányával uszodában volt. Mesél.)

– Ez nagyon jót tett nekem. Nem volt a vízben hányingerem. Persze szeretem a vizet, ugyanúgy, mint a hegyeket. Az áldás a templomban jót tett nekem. Nagyon mélyen megérintett. A hárfa zenéje is. Ha arra gondolok, hogy ezt Michael fiam szervezte meg... És nem mondott előre semmit. Csodálatos volt. Igen, most arról van szó, hogy átmenni a hídon. De hogyan? Mit gondol, van-e még valami, amit meg tudnék tenni?

– *F. asszony, ha visszanez az életére, mit gondol, mi volt a legnagyobb, a legszebb, amit ön valaha átélt?*

[Frankl szerint a múltban, „im Vergangensein”, meg van őrizve minden, amit az ember átélt. De a jóra, a szépre, a sikeresre való emlékezés, amit gyakran a logoterapeutának kell előmozdítani, megerősíti, megvigasztalja a szenvedő lelket, mert a megélt értékek tudatosítása, a jelen pillanatba való elővarázslása felvértezi a lelket. Főleg az igazi öröm megélését kell tudatosítani.]

– A legnagyobb szerűbbek, gondolom, a gyerekeim voltak; és aztán természetesen a hegyek, a hegymászás, és aztán a tenger, mindenekelőtt az Északi-tenger, nagyon szívesen jártam az Északi-tengerre, a természeti erőik mindig is elbájoltak engem.

– *Mit mondana, mi volt a legnehezebb, amit el kellett viseljen?*

– A párom lezuhanása, akit szerettem. Nagyon meg voltam döbbenne. Ő volt a nagy szerelmem.

– *Ha erre gondol, erre a nagy szerelemre, biztosan érzi, hogy ez a szerelem még ott van (a lelkében) akkor is, ha az egész már nagyon régen véget ért, vagy nem?*

– Hát persze, mindig is éreztem ezt a szerelmet.

– *Úgy gondolom, egy igazi, mély szerelem, amilyent akkor átélt, nem múlik el soha. Azt nem veheti el öntől senki, a halál sem. Az az ön életéhez tartozik, az, és sok más szép dolog, amelyet élete során tapasztalt, mindezeket magával viszi élete terméseként a másik világba, a szellem világába.*

[A logoterapeuta továbbra is a pozitívumokat segít tudatosítani, s ezzel mintegy lelki vitamint kínál fel az asszonynak.]

– Igen, ha ezekre a szép dolgokra gondolok, akkor lenne még egy pár dolog, amit szívesen megélnék, de mindez csak egy óhaj. Ami nekem most még különösen szép, az az, hogy még megélem azt, hogy a gyerekeim újból jól egyeznek, sok év után. Sokszor azt kívánom, bárcsak többet élhetnék, de ez is csak egy óhaj. Természetesen nincs még minden átbeszélve, de azt már ők kell elintézzék, én majd fentről nézem az egészet.

A bátyám is újból eljött, aki sok éven át nem akart tudni semmit rólam. Ennek is nagyon örvendek.

Most bejelentkezett a férjem is, a gyerekeim édesapja. Miattam nem kell jöjjön. De tudom, hogy jót tesz neki, ha eljöhet. A fiamnak, aki magával akarja hozni, már megmondtam, hogy nem kell jöjjön régi meséket felmelegíteni. A fiam megígérte, hogy beszél vele. Ha jót tesz ez neki, jöhet. Ismeri az állapotomat.

– *Bátornak látom önt, ahogyan elbúcsúzzik az életétől. Időközben sok emberrel beszélt, és valahogy mindent rendbe hozott.*

[A lelkész aláhúzza és kiemeli azt a sok pozitívumot, amit az asszony a közelmúltban megvalósított. Jelzi azt is, hogy nem felejtette el a korábbi beszélgetés tartalmát.]

– Igen, rendbe hoztam. Nem tudom, mit csinálhatnék még, lehet, még van valami. Mondja meg nekem, van-e még valami, amit meg kellene tennem? Eszébe jut valami?

– *Még akkor is, ha nagyon törekszünk mindent jól csinálni, mi, emberek, nem vagyunk tökéletesek. Úgy értem, minden ember követ el az életében hibákat is. Van-e talán valami, amit sajnál az életében, amiről azt mondaná: ezért bocsánatot szeretnék kérni?*

[E lényegre irányuló kérdés adott esetben ellenállást válthat ki, de még több esetben egyfajta belső megtérést, gondolatok és érzelmek átrendezését segítheti elő. Talán így kezdődhet el bizonyos lelki sebeknek a begyógyulása – még mielőtt bekövetkezne a halál.]

– Persze, hogy hibázunk. Én is bizonyosan hibáztam. De tudja, nem tettem soha semmi igazán rosszat. Jó, talán nem voltam gyakran templomban, de ez nem fontos. Nem, tényleg nincs semmi súlyos dolog, amit meg kellene gyónnom – várjon csak, de igen, valami eszembe jutott, van egy barátnőm, akit még meg kell hívjak. Hosszú időn át szoros barátságban voltunk. De valami jelentéktelen dolog miatt összevesztünk. Tud az állapotomról. És tudom, hogy szívesen eljönne hozzám, de nem mer. Magától soha nem jönne el, neki meg kell adjam a lehetőséget. A kezdeményezés tőlem kell jöjjön. Őt még meg fogom hívni. Látja, csak rávezet engem valamire.

– *Egyszer kifejezte óhaját, hogy meg szeretné kapni a szentségeket. Ez még érvényes?*

– Igen, természetesen, az nagyon jó lenne.

– *Ha nem tudja a szentostyát lenyelni, feladnám önnek a betegek kenetét.*

– Az utolsó kenetet? Igen.

– *Tulajdonképpen már nem utolsó kenetnek nevezik, régebb nevezték így. A súlypont azon van, hogy ez az olaj, akár egy gyógyító olaja a léleknek, segítse, erősítse és gyógyítsa a beteget belső ínségében és szükségében. A lélek megerősítéséről szól. Ebben az értelemben szeretném átadni ezt. Ezzel kötődik egybe minden bűn megbocsátása, feloldozása.*

– A gyerekek is ott lehetnek?

– *Persze, természetesen, sőt, az nagyon szép lenne.*

(Lánya, Andrea, fia, Stefan és felesége csatlakoznak hozzánk. Meggyújtunk egy gyertyát. Elmondok bizonyos szövegeket és imákat a betegek kenetének a szertartásából, megadom F. asszonynak

az általános feloldozást és megkenem a betegek olajával. Ebben a gesztusban, a jelen levő gyerekek körében, F. asszony láthatóan lelki megerősödést tapasztal. Egy betegségben és fájdalomban javasolt imával fejezem be.)

Szombat, július 16.

(F. asszony hívát. El kell mennem hozzá és – ha lehetséges – imádkozzak vele. Ez már a kilencedik nap, amikor semmit nem fogyaszt, sem ételt, sem vizet. Ágyban fekszik, nagyon gyenge. Még egyszer kifejezi óhaját, hogy üljek egy kicsit mellé, beszélgessek vele, és talán imádkozzunk. Hoztam neki egy másolatot „az örökkévalóság templomáról”. Megmutatom neki, ő pedig figyelmesen hallgatja ehhez fűződő gondolataimat.)

– *Ma ezt a képet hoztam el önnek. A címe: Az örökkévalóság temploma. Nekem nagyon tetszik, és megpróbálom elmagyarázni, mit is jelent ez a kép számomra. Úgy gondolom, ez a festmény érinti önt és az ön helyzetét. Nézzze csak: a háttérben felismerhető egy olyan valami, mint egy arany tető, szinte úgy néz ki, mint egy katedrális, de nem teljesen tisztán látható, hanem kissé elmosódott körvonalaiban. Számomra ez az örökkévaló lélek, az örökkévaló lélek világa, amely nincs mindig tisztán a szemünk előtt. Az előtérben a színes formák a mostani életünket ábrázolják színességében és sokaságában, különféle alakjaiban; például könnyen fel lehet ismerni a zenét, fent jobb oldalt a szélharangról. A halál, gondolom – abogyan itt megjelenik –, egy átmenet, egy átlépés ebbe a másik világba, éppen a lélek világába. A halálban búcsút veszünk a lélek minden ilyen alakzatától, amelyet itt a Földön élhetünk meg, akár a sikeresektől, akár a sikertelenektől, a gonosz dolgoktól is, amelyek itt talán ezzel a fekete horggal vannak jelképezve.*

(F. asszony keresi és kitapogatja az ujjával a különböző formákat.)

– Mik ezek a zöld ágak és a tüskék?

(Egyszerre csak észrevesz középen bal oldalt egy szakadást egy fekete horgon.)

– Úgy tűnik, mintha ez meg lenne szakítva, és nagyon vékony. Már nem veszélyes, ennek már nincs hatalma. Ezek a fekete horgok nem ijesztenek meg engem. Azok ott fent, azok is veszélytelenek, nekem nem tűnnek fenyegetőnek.

(Aztán a jobb oldalt levő alsó éles formákra mutat.)

– Igen, ezeken felismerem a hegyeket. Ezt a kilátást nagyon jól ismerem a hegymászásokról. Amikor az ember egész fent van. Egy kimondhatatlan, valótlán élmény, fent a csúcson. Ezek a piros pontok erőként hatnak rám. Habár én soha nem voltam egy erős nő. Jól dolgoztam, és szívesen dolgoztam a szakmámban. Szerettem a szakmámat mint titkárnő és gyorsíró. Sőt, 40 évesen újabb kiképzésen vettem részt, gyorsírástanítói képzésen, és képzelje: legjobbként fejeztem be a kiképzést. Soha nem voltam egy karrierista nő, de mindig jó voltam a szakmámban. Akkor is, amikor ittam. A karrierem inkább emberi vonatkozású volt: a három gyerekem az én karrierem. Habár nem volt mindig könnyű. Andreával hosszú időn át nem volt jó a kapcsolat. A problémák innen származnak: az első férjem folyton megcsalt. Ez akkor sem változott meg, amikor Gelsenkirchenből Münchenbe költöztünk. Folyton voltak más női, egész az elszakadásig. A következő férfi aztán az, akitől a három gyerekem van. Elsőként a két fiam. Aztán jött Andrea. A férjem azt mondta, ez túl sok. A harmadik gyereket észszerűtlenségnek tartotta. Azt akarta, hogy megszakítsam a terhességet. Én is gondolkodtam abortuszon. Ezt Andreának soha nem mondtam el. Lehet, hogy sejtette. Miután megszületett, elkapott egy súlyos gyerekbetegséget, és harcolt a halállal. Ekkor – megmondom önnek őszintén – nagyon megbántam, és megbűnhődtem az abortusszal kapcsolatos gondolataimért. Talán ezt még meg tudtam volna gyónni, de már kész. Egyszer aztán azt mondta nekem Andrea, hogy én őt csak magamnak szültem meg. Úgy érezte, hogy túlságosan magamhoz fűzöm. Ez egy félreértés volt. Én csak a szeretetemet akartam feléje kimutatni, és ő ezt félreértette. De ennek már rég vége. Hála Istennek. Hihetetlen, mennyire gondoskodik rólam. Igen, a gyerekeim a legnagyobb sikerem, pontosan az, amit most megélhetek a gyerekeimmel. Látja, minden nap velem vannak, mindig itt van valamelyik. Jelenleg Stefan egy olyan területen dolgozik, ahol rengeteg mezei virág van. Minden nap hoz nekem.

(Újra rámutatok a képen a piros pontokra és mondom:)

– *Akkor is, ha ön nem volt egy erős nő, voltak az életében olyan pillanatok, amelyek megerősítették, amelyek erőt adtak.*

[Az örökérvé válás temploma című Bô Yin Râ-festmény szellemi tájat ábrázol, s ebben a helyzetben ez fontos szimbólum,

amit a logoterapeuta felhasznál, hogy felébressze a lelkierőt az asszonyban.]

– Igen, mindenesetre. Folytonosan. Hála Istennek.

(Az előbbi piros pontokra mutatok és mondom:)

– *Ezek a kerek formák azt jelzik nekem, hogy most az ön életében sok minden valahogy egyetlen kerek dolog lett. Ha arra a sok emberre gondolkok, akikkel időközben ön újra összekerült és akiktől elbúcsúzott. Vagy a gyerekei, abogyan ők most, a végére, újból közel kerültek egymáshoz. Úgy értem, ezt ön egy kerek dolognak is tekintheti, egy olyan valaminek, amit ön jól csinált. Mindaz, ami jót tett, megmarad, akár az élete termése. Ez egy vigasztaló gondolat.*

– Igen, mindenekelőtt nagyon fontos nekem a gyerekeimmel való jó viszonyom, és ez egy nagy elégtétel számomra.

– *A múltkor említette, hogy bejelentkezett önbőz a férje. Volt itt?*

[A logoterapeuta rákérdez egy fontos mozzanatra. Jelzi, hogy amit az asszony már elmondott, fontos neki is, tudván azt, hogy a volt férj nem lényegtelen valaki az asszony életében. Ezáltal újabb pozitívum tudatosodik a szenvedő lélekben.]

– Igen, és képzelje el, hogy nem panaszkodott, és nem hozott fel régi meséket. Megköszönte nekem, hogy ilyen jól felneveltem a gyerekeket.

– *És a barátnő, akit még meg akart bívni? Úgy volt, ahogy gondolta, nem mert eljönni?*

– Igen, ő is volt itt. Igazam volt a feltételezésemmel kapcsolatosan. Plébános úr, szeretném, ha velem együtt imádkozna, és azután békén hagyna, számomra ez most már nagyon fárasztó.

(Hirtelen megtorpanok, majd lassan és megfontoltan mondom a következő imát:)

– *Atyám, nehezemre esik most azt mondanom: »Legyen meg a Te akaratod.« / Letört vagyok, és már bátorságom sincs, / fájdalomaim szinte elviselhetetlenek. / Mindent, ami oly bőven kitöltötte életemet, / most elődbe teszek: / az emberek, akikkel kötődött életem, / a munkám, barátaim, mindennapi életem. / Megpróbálok ígert mondani arra, ami most velem történik: / a fájdalomaimnak, a gyengeségeimnek, a gyámoltalanságomnak. / Mindent el akarok űrni, amilyen jól csak lehet. / Ne engedd, hogy szenvedésem hiábavaló legyen. / Talán használni fog azoknak, akik neked dolgoznak és barcolnak. / Legyen meg a Te akaratod, akkor is, ha nehezemre esik. / A Te*

fiad megmutatta a kereszten, hogy a szenvedés nem hiábaló. / Köszönöm neked, hogy tudhatom ezt. / Áldj meg Atyám, / áldj meg minden embert, aki neked jót tesz, és aki rajtam segít, / áldj meg mindenkit, akinek szenvednie kell, mint nekem. / Légy velem, Atyám, és vigasztalj.

(F. asszony megnyugszik. Becsukott szemmel fekszik és hallgat. Mélyen meghatódottan megköszöni:)

– Ez most olyan jó volt, köszönöm.

(Még egyszer áldást adok neki a kereszt jelével a homlokára, és elbúcsúzom tőle.)

Szombat, július 23.

(Lánya, Andrea által F. asszonyhoz vagyok hivatva. Az idegi feszültség nagyon nagy. Mindez nagyon megerőltető Andrea és a többiek számára. A beteg már tizenhét napja nem fogyasztott semmit. Nagyon gyenge, de azt akarja, hogy folyton nála legyen valaki, fel akar ülni, szundikál, a gyógyszerek, a morfium elálmosítják. Ennek ellenére mindent megért, néha-néha egészen tisztán beszél. Felfogja, hogy eljöttem. Ülök a hozzátartozókkal az ágyánál. Nem beszélünk sokat. Felajánlom, hogy imádkozzunk még egyszer együtt, hogy ismét tudjam megkenni. F. asszony nagyon nyugodt. Egész halkán elmondom a Miatyánkot, aztán megkenem őt a homlokán és a kezén. Ismét elimádkozom a *Betegségben és ínségben* című imát, és megáldom őt. Mielőtt elbúcsúznék, megkérdezem, hogy segíthetek-e még valamiben. F. asszony megmozdítja a fejét, és egyszer csak azt mondja: „A kedvenc versemet olvasta fel?”. Ez az ima tehát értékes kísérővé vált számára utolsó útján. Elbúcsúzom.)

Kedd, július 26.

(Telefonszólás Andreától: „Jó hírem van. Anya ma éjjel 23:30 körül meghalt”. Andrea meséli: Két napon keresztül bírták még a gyerekek, de egyre nehezebb volt. Az az ötletük támadt, hogy egy hospice egyesület segítségét kérik. A hospice gondozónál voltak angyalos szentképek. Az egyikről elmélkedett is, és ez F. asszonynak jót tett. Majd ezt a szentképet F. asszony mellkasára helyezte. Így nyugodtan el tudott aludni.)

„Sok ember csak a közeledő vég láttára teszi fel magának először azt a kérdést, hogy mi értelme van az életnek. Amikor a testi

bántalmak akkora teret foglalnak el az életben, hogy más problémák, mindenekelőtt anyagiak, mint például foglalkozás, pénz, vagyon, tulajdon stb. automatikusan háttérben szorulnak, csak akkor áll fenn a lehetőség, hogy az élet szellemi dimenziója erősebben láthatóvá, illetve megérezhetővé váljon. Ilyenkor hirtelen olyan étellel kapcsolatos témák válnak fontossá, amelyek azelőtt esetleg el voltak fojtva vagy felejtve: gyerekek, család, személyes kapcsolatok, érzelmi élmények és tapasztalatok. Az előbb említett témák csak akkor bukkannak fel, amikor ezek kapcsolatba lépnek a szenvedő létének szellemi dimenziójával. A közeledő halál láttán sok emberben újra feltevődik a kérdés Isten mint egy utolsó hatalom iránt, aki az életet még valahogy a kezében tartja, akiben bízni szeretnénk és akinek a kezében szeretnénk meghalni. Ez tulajdonképpen az emberi lét szellemi ősalapjára vonatkozó kérdés.”

[Összefoglalásképpen elmondhatjuk: bizonyos értelemben min-taszerű ez a beszélgetés a „határmezsgyén”. Az asszonyban eleve megvolt a készség, hogy elfogadja/igénybe vegye a lelkipásztor segítségét, aki itt egyben logoterapeuta is. Az adott helyzetre lelki-leg ráérezve megfelelő, empátiából fakadó vezető kérdéseket tesz fel a betegnek, aki lépésről lépésre jobban és mélyebben elkezd megérezni és átélni saját lelkét és a szellemi dimenziót. Feltűnik a lelkipásztor nyitottsága és elfogulatlansága. Nem egyházjogi kérdésekkel bíbelődik, hanem a szenvedő léleknek megfelelő, értelmes segítséget nyújt. Igazi lélekgondozó. Egy jól sikerült beszélgetésben részesülünk a *Sinnseelsorge* szellemében, a logoterápia és egzisztenciaanalízis alapgondolataira épülve. Az, hogy az asszony pozitívan fogadja be *Az ima* és *A túli világ könyve* szellemi tanításait, egyszerre különleges szerencse, kegyelem és az ő saját teljesítménye. A könyvek szerzője Bô Yin Râ német festő és szellemi mester.]

Abstract

About the Concept of “Sinnseelsorge,” that is, Spiritual Counselling that Aims at Finding Meaning in Life with Reference to a Specific Case Study

Keywords: *Stephan Neufanger, spiritual counselling, case studies, terminally ill patient, farewell, the confrontation between the existence and meaning (of life)*

This material includes a case study from the counselling practices of Stephan Neufanger, Catholic priest and logotherapist. The patient is a terminally ill woman preparing to die, who is assisted and prepared for coping with death by the spiritual counsellor along logotherapeutic principles. Before departing, thus, the patient can sort out things, relationships, and leaves earthly life full of confidence and courage.

Zsók Ottó (1957, Déva) a München melletti Délnémet Logoterápiái Intézet (Süddeutsches Institut für Logotherapie und Existenzanalyse) docense és igazgatója. Egyetemi tanulmányait Gyulafehérváron, Freiburgban és Münchenben végezte. Okleveles teológus, szociálpedagógus és a filozófia doktora. *Az orvosfilozófus Viktor Frankl* című könyv (Tarsoly Kiadó, Budapest 2005) szerzője és a német festőművész és élettanító, Joseph Anton Schneiderfranken Bô Yin Râ (1876–1943) művei fordítója. 2001-ben Bécsben Viktor Frankl-díjjal tüntették ki. Németül tizenhét könyvet írt, többek között: *Zustimmung zum Leben* (1994); *Mut zum eigenen Lebenssinn* (1997); *Logotherapie und Glaubensfragen* (1999); *Musik und Transzendenz* (1998); *Logotherapie in Aktion* (2002); *Der religiöse Urquell* (2001); *Vom guten und vom bösen Menschen* (2002). Ez utóbbi könyv magyarul is megjelent 2007-ben a Tarsoly Kiadó gondozásában *A jó és a rossz emberről* címmel.

Visnyei Emőke

Nem csak kenyérrel él az ember...

*Ha hallasz belül egy hangot, ami azt súgja:
„Nem tudsz festeni!”, akkor okvetlenül állj
neki festeni, és a hang elnémul.*

Vincent Van Gogh

Kulcsszavak: értékközpontú művészetterápia, művészetterápiával összekapcsolt
kiállítás, Én-Te, ittlét, alkotói érték, élményérték, beállítódási érték

Komplex művészetterápia, logoterápia és egzisztenciaanalízis. Két, a hajléktalan létmódban élő embereket segítő munkában egyáltalán nem vagy csak kevéssé ismert módszer. Alábbi írásomban célul tűztem ki, hogy rámutassak, miként is segítheti az említett két módszer a szociális szakemberek – munkatársaim – munkáját. Hogyan lehetséges a csoport, a közösség erejével segíteni egymáson? Csoportok, közösségek, amelyeknek tagjait nevezhetnék outside-reknek¹ is, miként tudják a világot jobbra tenni a képzőművészeti alkotásaikon keresztül?

Azt viszont már itt a legelején szeretném leszögezni, hogy nem csodaszerekről van szó. Az értékközpontú művészetterápia nagyban függ magának a segítőnek a személyiségétől is. Martin Buber (1878–1965) ezt mondja: „[A kliensnek] nem csupán egy megbízható emberre van szüksége, akiben bízhat, ahogyan egyik ember a másikban szokott, hanem inkább egy biztonságot nyújtó személyre, aki biztosítja róla, hogy létezik szilárd talaj, egzisztencia: s hogy a világ nincs pusztulásra ítéelve, nem elfajzott; hogy van megváltás a világ számára, és számára is, épp mivel ez a bizalom létezik.”² Korunkra nagyon erősen jellemző egyfajta elmagányo-

1 Outsider: kívülálló, nem bennfentes: <http://dictzone.com/angol-magyar-szotar/outsider> (utolsó megtekintés: 2015-10-03).

2 Lukas (2014), 13.

sodás. Szociális munkásként és művészetterapeutaként gyakran elgondolkodom Buber gondolatain. Vajon a mai kor segítője mennyire tud biztos pont lenni a kliense életében? Tud-e egy bizalmon alapuló segítőkapszolatot létrehozni? Vagy inkább egy hierarchiát működtetve próbálja a saját értékrendszerét a kliensére rávetíteni?

Vajon a hajléktalanság kérdése csak lakhatási probléma? Vagy a sokat emlegetett Maslow-féle szükségletpiramist kell-e mindig minden helyzetben örök érvényűnek elfogadni? A másfajta megközelítésekre miként tudunk (tudunk-e egyáltalán) ugyanolyan érvényesként tekinteni, mint a miénkre? A szociális segítségnyújtásban az *Én–Te* vagy inkább az *Én–Az* kapcsolatok vannak inkább előtérben? Buber erről így ír: „Az *Én–Te* alapszót csak egész lényével mondhatja az ember. Önmagam egész lényé koncentrációja és összeolvadása soha nem történhet általam, és soha nem történhet nélkülem. A *Te* által leszek én-né. S hogy *Én-né* leszek, mondom: *Te*. Minden valóságos élet – találkozás.”³ Egy ilyen valóságos találkozást szeretnék leírni, amikor megismerkedtem szociális munkásként a hajléktalan létmódban élő emberek képzőművészetével. Egy eszközt szeretnék felmutatni, amely – tapasztalataim szerint – nagyon is jól használható a hajléktalan létmódban élő embereket segítő munkában.

Az értékközpontú művészetterápiával szorosan összekapcsolt kiállítások szervezése hiánypótló. Komplex hatása nem csak az alkotókra van személyiségformáló hatással, hanem a szervezőkre és magukra a tárlatokat látogatókra is. Szeretnék rámutatni, hogy milyen új, eddig nem használt módszerekkel tudunk a rászorulókhoz fordulni, mivel bővíthetjük a szociális munka eszköztárát.

A társadalmi megítélés és (esetenként) a látszat ellenére a perifériára sodródott, hajléktalan létmódban és mentális problémákkal küzdő emberek igenis rendelkeznek értékekkel, amelyek csupán láthatatlanok, ám a művészet által – ha megteremtjük a helyzetet, amiben hívjuk – látszani engedik azokat. Goethe szavaival élve, „a művészet a kimondhatatlan tolmácsa”.⁴ Az otthontalan alkotók a kimondhatatlant mondják el a műveiken keresztül, így üzennek nekünk.

3 Buber (1991), 15.

4 <http://www.citatum.hu/idezet/730> (utolsó megtekintés: 2015. 10. 12).

Hogy mennyi érték rejtőzhet egy emberben anélkül, hogy azt észrevennénk, szépen példázza a *St. Vincent* című, 2014-ben forgatott film, Bill Murray főszereplésével. A történet főhőse egy lecsúszott, goromba, iszákos férfi, akinek az élete gyökeresen megváltozik, amikor a szomszédba egy különleges kisfiú költözik, aki amellet, hogy barátja lesz a férfinak, rámutat értékeire, amelyek révén kitűnhet a tömegből. Egy ünnepség keretén belül, amelyre eljön a férfi is, meghallja, amint az egész iskola előtt felsorolják az értékeit, s alig akarja elhinni, hogy mennyi jó van benne, melyet eddig csakis a gyermek látott meg – még ő maga sem.

Amit kognitív terápiás módszerekkel nehéz felszínre hozni, arra a művészet, az alkotás képes. A pszichológia közelítése szerint a művészetterápia segítheti megnyitni azokat a csatornákat, melyeken keresztül felszínre kerülnek a feszültséget keltő problémák, az életet meghatározó értékek.

Az ügyfeleknél sok esetben megfigyelhető, hogy nehezen tudják kifejezni érzéseiket, egy kép, egy szobor létrehozásával hamarabb meg tudják mutatni, mi van bennük, mi foglalkoztatja őket. Csoportos foglalkozás esetén ez a kifejezőmód a csoport tagjainak egymás közti kommunikációját is megkönnyítheti. Elősegíti a megnyílást, a közlést, a beszélgetést az önkifejezést.

Az értékközpontú művészetterápia lehetőséget biztosít a hajléktalan szállón belüli kreatív tevékenység folytatására, valamint egy lehetőség a figyelem és az érzelmek belső megélésére, a saját értékeire történő fókuszálásra. Továbbá lehetővé teszi az ügyfél számára, hogy olyan módon fejezze ki magát, ami elfogadható mind a bent, mind a kinti környezet, kultúra számára.

Komplex hatásai révén segítheti, hogy az ügyfeleink bizonyos elfojtott vágyakat, ösztönöket, félelmeket megélhessenek, kifejezhessenek, feldolgozhasanak az alkotásban. Ezért alkalmazza a pszichológia is eszközként a művészeti kifejezést, ami felszínre hozza a páciensek lelkében rejtőző problémákat, amelyek a kifejezés által már oldják a feszültségeket.

Az ügyfeleink rendszeres művészetterápiás csoporton való részvétele hozzájárul ahhoz, hogy aktivitásuk, önbizalmuk fejlődjön, sikerélményt éljenek meg, idejüket a társadalom által kulturáltabbnak, hasznosabbnak vélt módon töltsék el.

Egy művészettel kapcsolatos, terápiás jelleget is öltő foglalkozás társadalmi jelentőségét tekintve nevelő, személyiségformáló hatású, valamint norma- és értékközvetítő szerepe miatt is kiemelkedően fontos. A művészetterapeuta feladata, hogy eljuttassa a művészi kifejezés eszközeit azok számára is, akiket önhibájukon kívül megfosztottak ezektől az élményektől.

Pedagógiailag is hasznos egy ilyen komplex művészetterápiás program, mert segíti az önfegyelmet, az egymásra figyelést, az egymás közelségének megélését igényli. A közelségre, együttműködésre szükség van a csoportban, ezáltal jön létre az összhang, a csoportban megélhető varázslat. A jó közösségekre szüksége van mindenkinek. Általa tud valahová tartozni egy ember, fejlődnek a szociális képességei (kapcsolatteremtő, kommunikációs készségei), társas-közösségi kapcsolata; konfliktuskezelési technikái.

Mindezekhez szorosan hozzátartozik a csoport antistigma hatása. Hiszen a társadalmi szemlélet a perifériára került és a mentálisan sérült emberek diagnosztizálásával és beskatulyázásával akaratlanul is bent tartja őket abban a problémában és állapotban, amiben vannak. Ha a hajléktalanokat úgy kezeli a társadalom, mintha normális életre alkalmatlanok volnának, az újrakezdés lehetőségétől fosztja meg őket, előbb-utóbb ők maguk is nehezen fogják elhinni magukról, hogy olyan emberek, mint bárki más. Sokuknak nagyon nehéz elhinniük, hogy alkotásuk és egyáltalán ők maguk figyelemre méltóak, sőt, szépek és nagyon értékesek lehetnek. A művészetterápia kulcsfontosságú tényezője annak közvetítése, hogy nem a technikai tudás a fontos, nincs jó vagy jobb, nincs ügyes vagy ügyetlen. Mindenki egyenlően jó, és mindenki tud alkotni, úgy, olyan elementáris erővel, mint bárki más, és érvényes a kifejezési módja.

Éppen ez a közelítés és érzés adja meg az értékközpontú művészetterápia legnagyobb erényét, melyet aztán a művek közszemlére bocsátása koronáz meg. Érdemes odafigyelni az alkotásukra, azokon keresztül pedig rájuk, magukra, az emberekre (!). Egy-egy művészetterápiás kiállítás erre hívja fel a figyelmet: akárcsak az említett filmben a kisfiú, aki Vincentet, a főhőst képes volt másként látni, mindenkinek meg van a lehetősége, hogy a hajléktalan emberek alkotásaiban meglássa, megerősítse, elismerje az alkotók emberi vágyait, értékeit, egy méltó élet lehetőségét, amelyek ott vannak a képekben.

A művészetterápiában, ahol ez szorosan kapcsolódott kiállításokhoz is, a kliensek pszichés állapotában jelentős javulás volt megfigyelhető, valamint erős kapocs alakult ki a csoportra járók között. A kiállító művészek közül többeknél megfigyelhető volt, hogy életükben jelentős pozitív irányú változás állt be, miután az utcára kitzasztott szerepéből átléptek egy kiállításon az alkotásaikat bemutató alkotó szerepébe. Önbecsülést és önértékelést kaptak a kiállítás révén.

Eddig elsődlegesen az alkotó művészekre kifejtett pozitív hatásokról beszéltem a művészetterápia kapcsán, holott fontos megemlítenem, hogy a kiállítások lehetőséget biztosítanak a hétköznapi emberek számára is, hogy megismerjék, megértsék a hajléktalan, mentális problémákkal küzdő emberek belső világát, érzéseit. A kiállítások értékközvetítő pozitív hatásaiban nem csak maguk az alkotók, hanem a kiállításokat szervezők és a tárlatokat megtekintő érdeklődők is részesülnek. A kiállítás adta integráció által az utca embere is felismerheti, hogy az általános sztereotip megközelítés a hajléktalan létmóddal szemben mennyire nem állja meg a helyét, s így a jövőben talán egy nyitottabb, befogadóbb szemlélet felé veheti az irányt.

Nézzük most meg, hogy a logoterápia értékközpontúsága miként mutatkozik meg a művészetterápiával szorosan összekapcsolható kiállításokkal.

Ha az értékek oldaláról közelítem meg a hajléktalan létmódban élő emberhez való viszonyulást, akkor kérdésként merül fel bennem, hogy vajon születtek-e írások arról, hogy a klienseink milyen pozitív értékeket birtokolnak. Hiszen a társadalmi megítélés nagyon megosztó velük szemben. Véleményem szerint Istentől mindenki kap talentumokat. Az otthontalan alkotók azt az ajándékot kapták tőle, hogy a műveiken keresztül kicsit szebbé varázsolják a világot.

Viktor Frankl három értéket fogalmaz meg, ami hozzájárul ahhoz, hogy értelmet valósítsunk meg: alkotói érték, élményérték és beállítódási érték.⁵ Az alkotói értékek a hajléktalan létmódban élő emberek művészetterápiájában, magában az alkotás folyamatában jelennek meg. Véleményem szerint mindez már ott elkezdődik, mi-

5 Lukas (2007), 249.

kor eljön egy ilyen művészetterápiás alkalomra, és talán még nem is vesz a kezébe papírt és ceruzát, de velünk van, együtt a többiekkel. Jelenlétével alkot: közösséget velünk. A művészetterápia kontextusában meglátásom szerint az igazi *művészet ott kezdődik, mikor megtanulunk egymáshoz művészien kapcsolódni*. Itt van fontos szerepe a fent említett buberi gondolatoknak az Én+Te kapcsolatokról. A Máltai Szeretetszolgálat Miklós utcai intézményében vezetett művészetterápiás csoportokon lehetőségem nyílt átélni, milyen az, amikor egy filmet nézünk, majd átbeszéljük és elkezdjük érteni az ittlét (*Dasein*)⁶ fogalmát és fontosságát.

A kiállításoknál mind a három érték hatványozódik. Hiszen a csoportokon elkészült alkotásokat szociális munkás, képzőművész az alkotókkal közösen mutatja be a nagyközönségnek. Már egy kiállításnak az előkészítése (alkotások kiválasztása, paszpartuzás, meghívó készítése és a megnyitó szervezése) is bátran állíthatom, hogy személyiségformáló hatással bír. Itt emelném ki a beállítódási értéket, melyről Elisabeth Lukas így ír: „A beállítódási értékek abban a sajátosságban különböznek a többi értéktől, hogy *másoknak* jelentenek hasznót és nem feltétlenül az illető számára. Frankl azokra a páciensekre, akik véleménye szerint beállítódási értéket valósítanak meg, gyakran használja a »tanúsítják, hogy az ember mire képes« kifejezéseket. Ezzel a példa szerepére utal; a »tanúságtétel« valami pozitívnak, jónak, nagylelkűnek a tanúsítási aktusa, valaminek, ami – a példa szerepének alapján – átszáll másokra, akik »tanúk« voltak.”⁷ Véleményem szerint a hajléktalan létmódban élő alkotók a kiállításokon megjelenő alkotásaikon keresztül beállítódási értéket valósítanak meg. Miért gondolom így? Mert rendelkeznek a bátorság értékével: hogy felvállalják azt, hogy így tudnak rajzolni, kifejezni önmagukat. A lelkerő értékével, mellyel a művükön keresztül szembenéznek az érzéseikkel, emlékeikkel, reménytelennek tűnő vágyaikkal. Utoljára, de nem utolsósorban az egyéni szabadság értékével, hogy alkotásukkal nem akarnak megfelelni senkinek. Fontos, hogy csak azért alkossunk, hogy abban a pillanatban a

6 Condrau (2013), 231.

7 Lukas (2007), 252–253.

mennyországban érezhessük magunkat, ahol azok lehetünk, akik vagyunk valójában.

És pont ezen értékek miatt páratlanok ezek az alkotások, mert látszólag bárki meg tudná őket csinálni, de igazából csak néhány kiválasztott ember, akinek elég ereje, bátorsága és szabadsága van hozzá, hogy a terápiás téren túl, a kiállítási térben is vállalják alkotásaikat.

Most nézzük meg, hogy a logoterápia értékrendszere miként jelenik meg a kiállítást szervezők és az alkotók szavain keresztül.

Bolba Márta evangélikus lelkész a Józsefvárosi Evangélikus Gyülekezet szervezésben megrendezett *Plakátmagány* című kiállítás kapcsán e gondolatokat mondta el: „Az egész estében volt valami radikálisan jézusi. Talán az, ahogy hajléktalanok és hajlékosok, művészek és befogadók asztalközösségben lehettünk és ezzel közelebb kerülhettünk emberségünkhöz, a bennünk élő Istenhez.”

Németh László művészetterapeuta, a Magyar Művészet és Szocioterápiás Közösségépítő Egyesület elnöke a *Plakátmagány* című kiállításon a következőket mondta a megnyitójában:

„Különlegesen fontos kiállítás megnyitóján vagyunk. Hajléktannak lenni – otthontalannak lenni azt is jelenti, hogy a bensőséges magánszféra hiányzik az embernek az életéből. Ezek a képek, amelyeket itt látunk, pedig azt mutatják fel, hogy az otthontalan embereknek semmiben nem különbözik a bensőséges világa az otthonnal rendelkezőktől, ha teret nyit – ebben az esetben – egy művészetterápiás helyzet arra, hogy elementáris erővel megjelenjenek a belső képek. [...] Az otthontalanok most kiállított művein ugyanazok a vágyak, érzelmek köszönnek ránk, mint amit mi, a társadalom kevésbé perifériáján lévők érzünk. Mindez kifejezi, hogy társadalmi helyzetétől függetlenül sok minden összeköt minket. A művekben – ha kellő nyitottsággal nézzük őket – önmagunkat látjuk és benne az otthontalanokat. [...] A kiállítás kurátora, Visnyei Emőke logoterápiára épülő művészetterápiás munkájával hidat teremt az otthontalan és otthonnal rendelkező emberek között. Hidat teremt a belső világ és a külvilág között. Hidat teremt a társadalmilag megfosztott otthontalan lét és a minden embert jellemző belső gazdagság megjelenése között.”

Ugyanezt a kiállítást **Mallár Gabriella** képzőművész így élte meg: „Ó, bár láttatok volna ezeknek a meghatódott hajléktalan, mentálisan sérült, szomorú és sorsüldözött embereknek a ragyogó, zavarban levő és félő tekintetét. [...] Micsoda fájdalmasan igaz és csodás alkotások, látszólag gyerekrajzok, de sokkal többek annál, az igazság s a legbelső lélek képei, minden mesterkedés nélkül, minden mesterségbeli megrontás nélküliek, olyanok, amiket mi, hivatásos és túltanult művészek talán sosem fogunk tudni alkotni, már csak azért sem, mert mi nem is ismerjük az életet annyira igazán, mint ők... Ó, de jó volt... tényleg, de tényleg gazdagabb lettem tőle. Olyat adott, amit egy »hivatásos« művészeti kiállítás nem is tud...”

Nagy Nikolett művészetterapeuta, akivel majd közel három éven keresztül szerveztem a munkahelyemen a művészetterápiás csoportot, így látja a folyamatot: „Abban a szerencsés helyzetben vagyok, hogy nem csupán a kész műveket láthattam, hanem a folyamatot is, amikor egy-egy alkotó művész még hezitál, nem hiszi el, hogy képes akár csak egyetlen vonalat is meghúzni. Aztán, amikor mégis erőt gyűjt, a keze alól kikerül valami »csúnya«, amit »ne mutassunk meg másnak«! Majd szépen lassan elérkezünk az állapotba, ahol már nincs szép vagy ronda, semmiféle minősítés, sőt talán elvárások sem, csupán maga az alkotás felhőtlen öröme. És akkor megszűletnek a csodák.

Nekünk, akik a képeket nézzük, sejtelmünk sem lehet, mekkora lépés ez számukra. Eljutni a KÉPtelenségből a KÉPesség állapotába. Köszönöm, hogy részese lehettem.”

Balla Márta festőművész, aki a valenciai Képzőművészeti Egyetemen végzett Spanyolországban, így látja a hajléktalan alkotók műveit: „Minden embernek szüksége van önkifejezésre; érzelmeinek, gondolatainak, fájdalmainak, örömeinek átadására. Különösképpen olyan élethelyzetekben, amelyek próbára teszik a méltósággal teli emberi létezést. A hajléktalanok által kreált művek intim megnyilvánulásai, gondolati és érzelmi árnyalatai az emberi pszichében lejátszódó folyamatoknak. A hajléktalan alkotók munkáit szemlélve megbizonyosodhatunk, hogy szellemi, fizikai létünk hátrányos helyzetében is az egységre, az egyensúlyra és a magasztos kinyilatkoztatására törekszenek.”

Ekker Nikoletta képzőművész gondolatai: „Számomra a *Kalandozások a tükörben...* című kiállítás az egymás és a világ felé való nyitásról mesélt. Az alkotók nemcsak bepillantást engedtek a gondolataikba, illetve sok esetben az életükbe és a legszemélyesebb álmaikba, hanem egymás felé is fordultak. A hajléktalanok nyitottak felénk, nézők és művészek felé egyaránt azzal, hogy megmutatták az ő világukat. A kortárs művészek pedig azon felül, hogy a hajléktalanság témájáról vásznon, papíron vagy installáció formájában nyilvánosan beszéltek, (alkotó)társként álltak és állítottak ki az amatőr alkotók mellett.”

Dávid Luca látványtervező, aki a *Kalandozások a tükörben...* című kiállítás installációját készítette el, így látta a kiállítást: „Egy egész! Nekem ez a legfontosabb gondolat, ami eszembe jutott. A hajléktalanok képei és a képzőművészeké együtt alkottak egy egészet.”

Anna és párja, Sándor otthontalan alkotók a fent említett kiállítást így élték meg: „Alkotni nagyon jó, hogy az emberek arra az emberre felnéznek, aki tehetséges valamiben. Valaki versben, valaki rajzban, valaki énekben, és az a jó, hogy megismerhettem olyan tehetséges embereket, akiktől még sok-sok mindent tanulhatok. És olyan jó, hogy vannak olyan emberek, akik felemelik a másik ember rajzát vagy szép verseit. Köszönjük, hogy részt vehetünk benne.”

Attila, aki szintén otthontalan, és akinek az alkotásait már több kiállításra is beválogattuk, így ír: „A rajzkiállítás az, mikor ránézünk egy képre, és megfejtjük, mit jelképez. Ez a művelet afféle gondolatjáték. Az én rajzaimon is átfutott a fantázia, olyan, mintha nem én műveltem volna. Igaz, furcsa, de belejövök.”

Holló Csilla, aki ugyancsak otthontalan, s akinek szintén több kiállításon részt vettek a festményei, és akit a balatonboglári kiállítás egyik kortárs festőművész alkotása meg is ihletett, így jellemzi mind magát az alkotást, mind a kiállításokon való részvételt: „Azért szeretek alkotni, mert a különböző színekkel ki tudom fejezni a bennem lévő érzéseket. Megtiszteltetésnek érzem, hogy egy festőművész az én alkotásomat választotta ki a kiállításokra. Nagyon jó érzés volt, mikor a kiállításon a látogatók az én alkotásommal kapcsolatban kérdezősködtek, én meg válaszolhattam rájuk. Nagyon érdekesnek találtam, amikor a látogatók elmondták, hogy

mit látnak a rajzomban. Jó érzés tudni, hogy másoknak tetszenek a rajzaim.”

Irodalom:

- Buber, Martin: *Én és Te*. Fordította: Biró Dániel. Európa Könyvkiadó, Budapest 1991.
- Condaru, Gion: *Freud és Heidegger. Daseinanalitikus neurológia és pszichoterápia*. Fordította: Török Tamás, Várad Péter. TIT Kossuth Klub Egyesület, Budapest 2013.
- Lukas, Elisabeth: *Értelme és öröm*. Fordította: Bruncsák István. *Szociálpedagógia* 2014/3–4., 76–83.
- Lukas, Elisabeth: *Szenvedésnek is van értelme*. Fordította: Kollárs István. Agapé, Ferences Nyomda és Könyvkiadó, Szeged 2007.
- Németh László: *Másság. 3. Part. Teljességügyi értesítő*, tavaszi szám, 1994.
- Németh László: *A művészetterápia alkalmazásának elmélete és gyakorlata a szociális munkás képzés és képzésfejlesztés önismereti részében*. Az előadás elhangzott 2000. április 6-án. European Social Works Symposium, Nijmegen, Hollandia. Creativity and creativ media in social pedagogic practice. Workshop: Creativity in skill development in social services by László Németh, 2000.

Abstract

We don't Merely Live on Our Daily Bread...

Keywords: *value-centred art therapy, exhibition connected to art therapy, I and Thou, Dasein, creative values, experiential values, attitudinal values*

Complex art therapy, logotherapy and existential analysis. These represent two barely known and rarely used methods of support and therapy work with homeless people. In the article below, I aim to point out how these methods might become useful in the daily work of social workers and social therapists. How can the power of group and community become a driving force for mutual help? Members of groups, communities, who can be called outsiders, can make the world better through their art work. How can the members of marginalized communities make the world better place through their art works? In my

writing I emphasize the importance of art exhibitions connected to value-centred art therapy, which can become influential and achieve a big impact – not only for artists, but for the exhibition audience and organizers, as well.

The article starts with a brief introduction of my value-centred art therapist work done with homeless people based upon Martin Buber's 'I and Thou' theory. In the second part of my writing I try to give an insight into how the value-centred attributes of logotherapy manifest themselves in the art therapy related art exhibitions. At the conclusion of the article I give some space to the thoughts of exhibition organizers and the exhibiting artists. Finally, the organizers of these exhibitions and artists who participate also express their opinion.

Visnyei Emőke szociális munkás, szocioterapeuta, logoterápiai tanácsadó és személyiségfejlesztő szakember. 2004-től dolgozik a hajléktalan ellátásban mint szociális munkás. Több kiállítást is szervezett, ahol otthon-talan alkotók munkáit láthatta a nagyközönség. Az írásban szereplők: *Plakátmagány* (Józsefvárosi Evangélikus Gyülekezet, 2015), *Kalandozások a tükkörben...* – kortárs és otthon-talan képzőművészek közös kiállítása (Balatonboglár, 2015). Kutatási területe: a művészetterápia és a logoterápia és egzisztenciaanalízis alkalmazhatósága a hajléktalan emberekkel végzett segítő munkában. Publikáció: Visnyei Emőke – Tóthné Teleki Judit: Száműzött valóság... Logoterápia a hajléktalan-ellátásban és a hátrányos helyzetű családokkal végzett szociális munkában. *Szociálpedagógia* 2014/3–4., 76–83.

SZEMLE

Fenyő D. György

Drámai forma, pszichológiai etika, pedagógiai üzenet

Viktor E. Frankl: *Birkenwaldi szinkronizáció. Metafizikai konferencia.*
Fordította: Bakos Gergely OSB, Jel Kiadó (Paideia Könyvek),
Budapest 2015

A dráma egyrészt a legrégebbi műfaj, másrészt a huszadik század közepének modern hagyományaihoz kapcsolódik. A legrégebbi a filozófiai dialógus műfaja, amelyet – mint ahogy a fordító Bakos Gergely tanulmánya is utal rá – Szókratész megidézése mindenképpen legitimál. A dialógus alkalmas arra, hogy a különböző nézeteket, álláspontokat, gondolatokat, sőt gondolatmeneteket egymás mellett és egymással ütköztetve mutasson be. A műben megjelenő három filozófus eszmevilágát nem ismerteti, arra viszont törekszik, hogy a három filozófus beállítódását, filozófiájuk hangulatát megidézze, és különösen az élet értelmességéről vallott nézeteiket szembesítse egymással. A dialógus a gondolatok szembesítésének és egymással kapcsolatba, szellemi dialógusba hozásának műfaja, ezért is nyúl vissza hozzá a dráma.

Másrészt a dráma beleilleszkedik abba a folyamatba, amely a modern dráma egyik lényeges iránya, pontosabban a modern dráma dilemmájának egyik megoldási kísérlete lett. A drámai történet abszolút mivolta kérdőjeleződik meg ugyanis a huszadik század elejétől kezdve. Egyrészt kérdésessé válik a játsszók és a nézők megkülönböztetésének abszolút mivolta. Több rendezői és drámaírói kísérletet láthatunk arra, hogy a nézőtér és a játsszóter közötti falat lebontsák, hogy magukat a nézőket is aktív szerepbe hozzák, az előadás részeseivé tegyék (gondoljunk csak a színpad és a nézőtér elrendezésének legkülönfélébb változataira). Aztán több kísérletet láthatunk arra, hogy a nézőt kimozdítsák az átélő pozíciójából, és akár provokációval is aktív szerepbe helyezték (gondoljunk csak

a brechti epikus dráma elidegenítő törekvéseire). Gyakran törek-szenek arra, hogy az élet és a műalkotás határait lebontsák, vagy legalábbis ezt a határvonalat átjárhatóvá, viszonylagossá tegyék vagy problematizálják (gondoljunk például Artaud kegyetlen szín-házára). Emellett több kísérletet láthatunk a színházi fikció meg-kérdőjelezésére (gondoljunk csak a performansz műfajára vagy a politikai színház különböző változataira).

Frankl drámája ugyanezekkel a dilemmákkal küzd, pontosab-ban: ugyanezeket a dilemmákat építi be a szövegbe, és ezekből a dilemmákból teremt drámai formát. A nézők és a játszók megkü-lönböztetésnek problematikáját fogalmazza meg az első jelenetben Szókratész: „...leginkább a közönség lesz becsapva: ma hagyjuk őket játszani, tudniillik ők játsszák a nézők szerepét. S Önök meg fogják látni: ők nem is sejteneek semmit abból, hogy ők maguk ját-szanak, s hogy mi – mi valóságosak vagyunk – s az, ami itt lejátszó-dik, *szintén* valóságos!” A néző morális és intellektuális aktivitására épít a dráma, már azzal is, hogy egy filozófiai tétel bizonyításáról vagy cáfolatáról szól, s a bizonyító anyagként megidézett koncent-rációs lágerbeli életképeken kívül gondolati érveket, filozófiai esz-mefuttatásokat olvashatunk. Szintén Szókratész fogalmazza meg a dráma filozófiai-pszichológiai tézisé: „A pokolból akarok egy ké-pet bemutatni az embereknek, s be akarom bizonyítani nekik, hogy az ember a pokolban is ember maradhat”. Az élet és a színháték ha-tárai bomlanak le a drámában azáltal, hogy két színdarabot látunk, egy filozófiai drámát és a bizonyító drámai jelenetek sorozatát, és ez utóbbit a színháték filozófus szereplői kommentálják, értékelik.

A modern dráma dilemmáinak egyik legnagyobb hatású drámai összefoglalása Luigi Pirandello *Hat szereplő szerzőt keres* című drá-mája volt, amelyben a színház szereplői megjelenítenek egy szín-darabot, de a színdarab szereplői (vagy szerepei) életre kelnek, és élik saját drámájukat. (Nem azonos ez a „színház a színházban” klasszikus formájával, például a *Hamlet* patkányfogó-jelenetének dramaturgiájával, mert abban a betétdarab nem kérdőjelezi meg a teljes színdarab létezését, érvényességét és abszolút mivoltát.) Vagy egy későbbi drámára, Peter Weiss *Marat-jára* is utalhatunk (1963–1965), amelyben a dráma egyik főszereplője a Marat drámáját író és rendező Sade márki, aki saját világgépének kifejezésére alkotja meg

a francia forradalomról szóló előadást. A *Birkenwaldi szinkronizáció* dramaturgiája legerősebben Pirandello drámájával tart rokonságot. A birkenwaldi történetet a három filozófus teremti meg, és az az előadásuk tétje, hogy – a már idézett tézis bizonyításán vagy cáfolatán túl – meg tudják-e a művészet erejével szólítani az embereket. Ha az emberek filozófia által való megszólítása nem bizonyul elég hatékonynak, akkor a művészet erejét hívják segítségül. „Szókratész: A művészet! – Azt mondják, csakis a művészet segítségével lehetséges az embereket odalent befolyásolni.” A filozófusok, akik maguk is drámai szereplők, a nézők elé állítanak egy drámai történetet, értékelik, kommentálják, elindítják és leállítják azt. A két drámai réteg között bizonyos szereplők átjárnak, így a Fekete angyal és az Anya, ami még élesebben veti föl azt a problémát, hogy mi az „élet” és mi a „színház”, hogy van-e határ, s ha van, hol húzódik az e kettő között. Az élet a színház valósága, a dráma az egész mű? Ha ez igaz, akkor van-e tétje a látott drámának? Vagy az élet a három filozófus vitája, a mű pedig a birkenwaldi jelenetsor? De ezt sem érezhetjük teljesen érvényesnek, hiszen az ellentmond minden külső tapasztalatunknak és tudásunknak (például annak, hogy nem egyidőben éltek, és jóval a koncentrációs táborok előtt. Vagy a „valóság” a koncentrációs táborok jelenetsora, a „fikció” pedig az, hogy erről Szókratész, Spinoza és Kant vitatkozzanak? Ezzel szemben az olvasóban azonnal felmerül az az ellenvetés, hogy a lágerbeli jelenetek rendkívül töredékesek, pillanatképszerűek és színpadiasak. A filozófusok a maguk döntése, önkénye alapján elindítanak és megállítanak jeleneteket, megvitatják a látottakat, hősöket teremtenek, megbeszélik, hogy milyen törvényszerűségek szerint él egy színpadi hős (például arról vitatkoznak, hogy a Fekete angyal és az SS-katona azonosak-e, vagy van-e külön földi sorsa is a katonának).

A *Birkenwaldi harmonizáció* drámai formája azokkal a drámai jellegű alkotásokéval rokon leginkább, amelyek szintén a második világháborút és/vagy a holokausztot jelenítették meg. Max Frisch svájci író *És a holtak újra énekelnek* című drámája rögtön a II. világháború után íródott, 1945-ben. Frisch rekviemnek nevezte darabját, és a középkori moralitásokhoz kapcsolódva olyan drámaformát használt, amelynek szereplői jelképes alakok, pusztítók

és elpusztítottak, a kórus pedig a lebombázottak halotti kórusa. Pilinszky János *KZ-oratóriuma* az 1960-as években a koncentrációs lágerrek abszurditását szintén a passiójáték vagy oratórium műfajában jelenítette meg (1961–1970). Sütő András *Az álmokkommandó* (1987) című műve szintén olyan dráma, amelyben a lágerjelenségeket értelmező, reflektáló, vitázó jelenetek veszik körül, és amely szintén nagyon erősen stilizált műformában beszél Auschwitzról.

Úgy vélem, nem véletlen, hogy a téma megjelenítése oratórium-drámákban történik. A közvetlen drámai megjelenítés stilizálás nélkül elképzelhetetlen, mert olyan erős és közvetlen effektusokat igényelne, amit a színház nehezen tudna megvalósítani. De emellett más oka is lehet ennek az erős stilizáltságnak. Az ugyanis, hogy a haláltáborok világának megjelenítése az első perctől kezdve az elmondhatóság kérdését is felvetette. Vannak-e szavaink arra, ami történt? El tudjuk-e beszélni a lágerrek világát? Nem véletlen, hogy a drámán kívül a holokausztról szóló regények, filmek és esszék egy részének, talán nagyobb részének is ez a problémája.

És egy talán még lényegesebb, tartalmi megfontolás is – vélhetően nem tudatos megfontolás, mégis elhanyagolhatatlanul fontos momentum – ehhez az erősen stilizált drámai műfajhoz vezette a szerzőket: az ugyanis, hogy a holokauszt bemutatása anélkül, hogy valamiféle jelentést adna az elbeszélő a történeteknek, végtelenül fájdalmas, majdhogynem reménytelen lenne. Ha volt, ha lehetséges valamiféle értelmet adni a történetnek, valamiféle tanulságot levonni belőle, az elviselhetővé teszi mindazt, amit bemutat. Ha azonban nincs ilyen értelem, nincs jelentés, akkor csak az ordító kegyetlenség képe rajzolódna ki a művekből. (Vélhetően ennek a jelentésadásnak a tudatos megtagadása okozza Kertész Imre *Sorstalanság* című regényének és Nemes Jeles László *Saul fia* című filmjének erejét, sőt radikalitását.)

Frankl *Birkenwaldi szinkronizációja* kifejezetten az értelem, a magyarázat felől közelít a történetekhez. A logoterápia szemléletének és emberképének éppen az a lényege, hogy értelmet találjon a történetekben, hogy megmutassa az emberi szabadság lehetőségét a legmélyebb helyzetekben is, hogy emberhez méltó célt igyekezzen mutatni mindenkinek, és bebizonyítsa, hogy minden emberi életnek van értelme. A logoterápia pedig mint terapeutikus eljárás arra

épül, hogy a rejtve maradó értelmet, célt, az élet értelmes mivoltát, minden egyes ember egyes életének értelmes mivoltát felmutassa.

Az oratóriumdráma – mint az összes kétszintes dráma – mindig két létszintet mutat be, és a kettő közül az egyik determinálja a másik létszintet. Vagy másképp fogalmazva: az egyik létszint a jelenségek, a másik az okok szintje. Ez a világkép nagyon megfelel a pszichológia emberképének. Freud felfogásában a tudatos én mögött létezik egy annál sokkal ősbibb, egyéni tudattalan, amely az én tudatos viselkedését meghatározza, akár tisztában van az egyén ezekkel a belsőbb mozgatórugókkal, akár nem. Jung emberképében az egyedi cselekvések és érzések háttérében a kollektív tudattalan áll: a közös archetípusok, ősképek, a közös emlékezet meghatározzák az egyén gondolkodását, érzelmeit, cselekvéseit. Frankl elképzelése szerint a magasabb létszint adja meg az egyén számára az élete értelmét, személyes életcélját. Vagyis az egyéni létezésnek van egy magasabb rendű, teológiai dimenziója. Ez teszi lehetővé, hogy az életben az ember elviselje a szenvedést – mivel nincs a szenvedés burkába zárva, hanem van valami, ami értelmet és jövőképet ad.

A dráma utolsó szavai is ezt az emberképet erősítik meg. Miután a filozófusok elmennek, csak Franz marad a színen, az a Franz, aki az embert, az egyes embert – az everymant, az embert – képviseli. „Franz: – hinnem kell! /.../ És hiszek! Magamban! – Benced, anya! – Anya! /.../ Karl! /.../ Uram!” Vagyis arra a kérdésre, hogy miben hihet ez az ember, három feleletet tud adni: önmagát, a családját (itt az anyját és a testvérét) és az Istent szólítja meg.

Az elmondhatóság és a jelentés (értelem) megtalálása – ez a két pólus, amellyel minden, a holokausztot ábrázoló műnek szembe kell néznie. Az előbbi problémát Frankl drámája nem tematizálja, hanem – véleményem szerint valószínűleg öntudatlanul – választ egy olyan műfajt, a kétszintes oratóriumdrámát, amely lehetőséget ad az elmondásra. A jelentés megtalálása viszont azért is a mű középpontjában áll, mert három filozófusát három különböző, de egyformán etikai elv vezeti. Szókratész etikájának a daimónión, az emberi lelkiismeret áll a középpontjában, az a belső hang, amely folyamatosan biztosítja, hogy az ember morálisan döntsön. Spinozánál az emberi szabadság áll a középpontban, s az ember

szabadsága ad lehetőséget számára arra, hogy döntsön, és így jól vagy rosszul is dönthet. Kantnál az emberi méltóság és autonómia áll a középpontban: „Cselekedj úgy, mintha cselekedeted maximájának akarod révén általános természettörvénnyé kellene válnia.” „Cselekedj úgy, hogy az emberiségre mind saját személyedben, mind bárki máséban mindenkor mint célra, sohasem mint pusztára eszközre legyen szükséged.”

A dráma arról szól, hogy a megtörténtek hogyan egyeztetethetők össze az emberről alkotott etikai felfogással. Első szinten az lehet a válaszuk, hogy nem egyeztethető össze mindaz, ami Auschwitzban történt azzal, amit az európai filozófia az emberről állít, mert az elkövetett és megtapasztalt szörnyűségek nem illenek ehhez az emberképhez. Második szinten viszont Frankl drámája éppen azt mondja, hogy összeegyeztethető. Mégpedig azáltal, hogy az ember nem pusztán annyi, ami történik vele, nem csak a körülményei, hanem az is, hogy a legmélyebb pillanatokban is tud egy morális nézőpontot érvényesíteni, hogy minden pillanatban meg tudja találni saját élete értelmét, célját, így az emberi élet értelmét és célját is. Ilyen helyzetben is lehet valaki, mondja Frankl drámája, kitartó, hűséges, önfeláldozó, adhat segítséget, kifejezheti a szeretetét, tud cselekedni.

A *Birkenwaldi szinkronizáció* erős etikai üzenete miatt kifejezetten pedagógiai értékkel bír. Ahogy Frankl a *...mégis mondj igent az életre!* című könyvében leírja, hogy hogyan tudott a koncentrációs táborban segíteni másoknak, vagy a tudatos célkeresés hogyan tudott embereket életben tartani, abban nagyon sok a pedagógiai elem. Szemléletmódja tanítható – más kérdés, utólagos, hogy e tanítással ki, milyen körülmények között, mennyire és mennyire jól tud élni. Tanítható, hogy az ember keresse mindig és minden helyzetben a saját élete értelmét, célját, saját küldetését. Az is, hogy az egyes helyzetek és adottságok meghaladhatóak. Sok történetet ismerünk embermentőkről, titokban segítőkéről, emberséges gesztusokról, és Frankl pszichológiájának üzenete az, hogy azok az emberek, akik nehéz helyzetekben emberségesek voltak, túl tudtak lépni a konkrét korlátokon. Ehhez kell a három filozófus etikájának ideidézése. Merthogy az emberi lelkiismeret, szabadság és méltóság, a döntésekre érett ember képe azt üzeni, hogy az embernek egyéni

felelőssége van minden helyzetben, hogy saját sorsáért és másokért egyaránt felelősséggel bír. Az a tézis, amit Szókratésztől fentebb már idéztünk – „be akarom bizonyítani nekik, hogy az ember még a pokolban is ember maradhat” – a dráma világában bizonyítást nyert.

Kautnik András

Viktor E. Frankl: Orvosi lelkigondozás

Viktor E. Frankl: *Orvosi lelkigondozás. A logoterápia és egzisztenciaanalízis alapjai*

Fordította: Jakabffy Imre és Jakabffy Éva, lektorálta: Kalocsai Varga Éva, Orbán Judit, Sárkány Péter és Vik János. Jel Könyvkiadó, Budapest, 2015

Az olvasó azt a művet tartja kezében, melynek első változatát Frankl a háború előtt mint fiatal főorvos, a bécsi Rotschild Klinika Neurológiai osztályának vezetője írt meg ugyanezzel a címmel. A kézirat a háborús lágerfogság idején elveszett. Frankl említi, hogy nagyrészt ennek a műnek megőrzését és újráírását tartotta feladatának, ami erőt adott neki a tábori megpróbáltatások túléléséhez. Tífuszos lázában ezt az elveszett kéziratot igyekezett fejben és a parancsnokságról lopott papírokon rekonstruálni. Életrajzirói kiemelik a könyvvel kapcsolatban azt a krízist is, amit akkor élt át, mikor hazatérve a fogságból szülőházának ajtaját idegen ember nyitotta ki, és értesült szerettei, így fiatal, várandós felesége és szülei haláláról. Ekkor az öngyilkosság gondolata is megkísértette, de felelősnek tartotta magát azért, hogy e mű megjelenjen. Terve sikerült: még ebben az évben, 1946-ban Frankl másik ikonikus alkotásával, a *...mégis mondj igent az életre! Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábor* című visszaemlékezés-kötetével együtt hagyta el a nyomdát az *Orvosi lelkigondozás*.

A címben foglalt lelkigondozás a személynek arra a szellemi – nem világnézeti, teológiai, hanem az egzisztenciális filozófia emberképe alapján értendő – dimenziójára irányítja a figyelmet,

amihez az orvos a maga pusztán természettudományos megközelítése alapján nem fér hozzá.

Frankl a maga korában azt tapasztalja, az embernek az említett, a filozófia által egzisztenciálékkal (pl. szabadság, felelősség) körülírt tisztán humán dimenziója háttérbe szorul úgy az orvoslásban, mint a pszichoterápiában, aminek végzetes következményeit részletesen vizsgálja a szerző. Az általa e kötettel megalapozott logoterápia mint pszichoterápiai kezelési módszer és annak alapja, az egzisztenciaanalízis mint antropológiai kutatási irányzat olyan humanisztikus megközelítési mód, ami az orvos, különösen a pszichiáter gyógyító tevékenységet igyekszik rehumanizálni, lényegéhez, az értelmes emberi létre történő orientációhoz visszavezetni.

Hogy mit is jelent az értelmes emberi lét, a személy szembesítése az élethelyzetével által felkínált lehetőségekkel? Erre Frankl nemcsak tábori élményeinek felidézésével, hanem filozófiai műveltségének és terápiás tapasztalatainak összegzésével válaszol: olyan az, a mindennapi élet emberi jelenségein keresztül, mint például a szerelem.

Az emberi létnek ezt a területét a freudi felfogás alapján értelmezték a kötet megjelenésének korában: a szerelem nem más, mint az elfojtott libidó szublimációja. Ezzel állítja szembe Frankl azt a gondolat kísérletet, hogy elfogadnánk-e társunk távolléte alatt annak hasonmását, „dublőrét”. Ugyanazt éreznénk-e iránta, amit távol lévő szerelmünk iránt? Valószínűleg nem. Ez is arról győz meg, hogy az ember egyedi, megismételhetetlen, és nem csupán fizikai valóságában megragadható „teremtény”. Ezen emberkép fényében már más jelentőséggel bír a szerelem is. A „szerelem értelme” itt az egyik tisztán emberi alaptevékenységre hívja fel a figyelmet, az értékmegvalósításra, ami a személy és kapcsolatai szintjén önmaga meghaladásában, az öntranszcendenciában nyilvánul meg: a szerelmes én már nem önmagára, hanem a másokra irányul, sőt, ha ezt a másikat nem csupán fizikai valójában, hanem szellemi dimenziójában szemléli, akkor azt is látja, szereti benne, aki lehetne, akivé lennie kell. A szerelemben a Frankl által feltételezett mindhárom értékmegvalósítási lehetőség megtalálható, a belefeledkezés élményértéke, a tevőleges, cselekvő, alkotó értékmegvalósítás és a szeretett személyhez való hozzáállás, viszony felelős alakítása (lehet

a partnert szexuális tárgynak is tekinteni, de a társat egyediségében, lehetőségeiben is megragadni, szemlélni). Ez utóbbi értékmegvalósítást Frankl „királyi útnak” is nevezi, hiszen a beállítódás modulációja még azokban a helyzetekben is a személy rendelkezésére áll, amikor egyébként tehetetlen (például egy súlyos betegségben).

A kötet hetven évvel ezelőtt azzal jelentett újdonságot, hogy a gyógyító tevékenységbe bevonta az egzisztencialista filozófia emberképét. Ez az ember már nem zárt rendszer, aki akkor egészséges, ha lelki energiái kiegyensúlyozottan áramlanak személyisége különböző szintjein, hanem ez az ember szabad, felelős, döntésképes, és az előbb példázott módon értékmegvalósításra képes lény.

Az *Orvosi lelkgondozás*ban megfogalmazottak azonban mit sem veszítettek aktualitásukból. Sok esetben még ma is a redukcionizmus kísérti a pszichoterápia egyes irányzatait, amikor az egyéntől elvéve a felelősséget, azt valami másra, a társas környezetre, a genetikára stb. hárítják. A logoterápiához közel álló egzisztenciális pszichoterápiák, pl. a Yalom-féle iskola, bár nem látja pszichopatologikus folyamatnak a halállal, a fenyegetettség, a szabadsággal és a felelősséggel szembesített ember szorongását, mégis adós marad a terápia folyamán következetesen érvényesített emberképpel, annak az embernek a képével, aki minden körülmények dacára, minden helyzetben nyitott az értékmegvalósítás lehetőségére.

A lektorált fordítás a korábbi *lélkgondozás* helyett *lelkgondozás*ként közli a mű eredeti címében foglalt – egyébként jelentős filozófiatörténeti háttérrel bíró – „Seelsorge” kifejezést. Ez a változtatás markánsabban fejezi ki a szerző meglátását, hogy nemcsak az orvosi, hanem egyéb segítő szakmák rehumanizálásra is szükség van. A pedagógia területén is igaz a kijelentés: amíg a nevelő nem tisztázza, hogy ki az ember, mi az ember, addig csupán a részecélok (pl. társadalmi hasznosság) határozzák meg a fiatalok körében végzett tevékenységét. Ennek a célrendszernek tarthatatlansága pedig akkor válik igazán látványossá, amikor a neveltek olyan határhelyzetekbe kerülnek, esetleg kudarcokkal szembesülnek, ahol megméretik az ember, megkérdik, elsősorban maguktól, hogy van-e értéke, célja, értelme a földi létezésnek, a cselekvésnek, a célok kitűzésének. Az ilyen kérdések feltételének talán legelső és legintenzívebb kora a kamaszkor, ami a nevelők részére nagy lehetőség, hogy a

tanítványait ne csupán és elsősorban a társadalmi elvárásokkal vagy egyéb részcélokkal, hanem személyes szabadságukkal, a nekik személyesen az élet által felkínált lehetőségekkel szembesítsék.

A logoterápia és egzisztenciaanalízis alapjai alcímmel megjelent tanulmány nemcsak a segítő szakmák keretein belül, a filozófia és a pszichoterápia kapcsolata iránt érdeklődőknek ajánlható. Abban a korban, amikor az élet értelme is árucikké vált, és jó pénzért különféle tréningeken vagy a könyvesboltok polcait elárasztó *self-help* irodalom nyomán időlegesen kikapcsolhatjuk, és kellemes élményekkel helyettesíthetjük az emberlétből fakadó félelmeket, a szélesebb olvasóközönségnek is szüksége van erre a kötetre. Ez az a mű, amely hitelesen, az évezredes zsidó-keresztény és nyugati filozófiai hagyományba ágyazva segít konstruktív módon az egyszerű és megismételhetetlen személyes, emberi létezéssel járó lehetőségekkel, egyben felelősséggel szembesülni.

Sárkány Péter

A bibliai hermeneutikától a logoterápiáig

Wolfram Kurz: *Leben verstehen. Leben bestehen.* Verlag Lebenskunst, Tübingen 2015

Wolfram Kurz új könyvének alapvető célkitűzése a bibliai hermeneutika módszerének érvényesítése a pszichoterápia, a lelkigondozás, a tanácsadás és a nevelés kontextusában. A kötet harmadik lábjegyzete az olvasó számára egyértelművé teszi, hogy a szerző a Manfred Oeming által kidolgozott bibliai hermeneutikát a pszichoszociális ellátás területén kívánja alkalmazni. Kurz abból indul ki, hogy a szövegek megértésének eszközei az élet megértésének szolgálatába állíthatók. Ennek megfelelően a hermeneutika mint a szövegek megértésének tudománya az egyes ember élethelyzetének a megértésére összpontosító élethermeneutikává válik. A kötet jól átlátható gondolatmenetet követ: Oeming „hermeneutikai négyzetéből” indul ki, ezt „terápiás négyzetre” alakítja, majd ennek alapján megfogalmazza a „logoterápiai négyzet” oldalait is.

Hermeneutikai négyzet. Az Oeming által leírt hermeneutikai módszer szerint egy szöveg megértése érdekében négy aspektust kell figyelmesen megvizsgálni: 1. A szerző szándéka, történelmi helyzete; 2. A szöveg formája, vagyis annak sajátos nyelvezete, stílusa, struktúrája, logikája; 3. A szerző célja vagy maga a dolog, amiről a szöveg szól; 4. A szöveg olvasóinak értelmezései. Oeming a hermeneutikai négyzet mindegyik oldalához konkrét interpretációs módszereket rendel:

1. A szerző világa

Történelmi-kritikai exegézis
Társadalomtudományi exegézis
Történelmi pszichológia

2. A szövegek világa

Nyelvészeti módszerek
New Literary Criticism
Exegézis mint nyelvi történés

3. A dolgok/célok világa

Dogmatikai bibliaértelmezés
Egészítenciális interpretáció

4. Az olvasók világa

Hatástörténelmi exegézis
Mélylélektani exegézis
Bibliodráma
A felszabadulás teológiájának exegézise

A fent vázolt irányzatok egyben a kötet tartalomjegyzékét adják vissza, hiszen Kurz szisztematikusan vázolja az egyes irányzatokból adódó élethermeneutikai és logoterápiás szempontokat. Ha például a szerző világából és konkrétan a történelmi-kritikai exegézisből indulunk ki, akkor megállapítható, hogy a szövegkritika az eredeti szöveg rekonstruálására törekszik. Ez nem olyan egyszerű feladat, hiszen a bibliai szövegek meglehetősen sokfélék, eltérő korokban írták őket. Ezért a különböző szövegvariánsok közül rekonstruálni szükséges az eredetit.

Terápiás négyzet. A hermeneutikai négyzet oldalai alapján dolgozza ki Kurz a „terápiás négyzet” oldalait: 1. A szerzőnek a *páciens*

vagy a *kliens* felel meg, akinek az életvezetéséről a konkrét terápiás eljárásban vagy pedagógiai szituációban szó van. 2. A szöveg formájának a páciens vagy a kliens életformája felel meg. Az a mód, ahogyan a kliens a saját életét alakítja, ahogyan az életproblémáihoz viszonyul. 3. A szöveg szándékának, dolgának, a páciens vagy a kliens szándékai, céljai feleltethetők meg. 4. A „szöveg olvasói” azok a személyek lesznek, akik a páciens vagy a kliens viszonyulását észlelik, annak befolyásolására képesek.

Megmaradva a szövegkritika nézőpontjánál elmondható, hogy ezen a szinten a feladat nem más, mint a szövegkritika módszerének érvényesítése a terápia összefüggésében. Tehát mindenekelőtt egy gondos és részletes eljárásra van szükség, amelynek segítségével feltárható, hogy a páciens vagy a kliens mit állít, s ezt pontosan hogyan érti. Ezt néhány egyszerű kérdéssel is képesek vagyunk tisztázni: Milyen az életem? Hol vannak, hogyan teltek el az elmúlt évtizedek? Akárcsak a szövegkritikai elemzésnél, a terápiában is egyszer rekonstruálni szükséges a „szöveget”, vagyis a kliens múltbeli életét. Ebben a folyamatban, hangsúlyozza jelentősegteljesen Kurz, egyfajta ismétlés következik be. A történések az emlékezetben, az értelmezésben és az újraértelmezésben elevenednek fel. A felelevenítés folyamata pedig a nyelv közegében zajlik. A terápiás beszélgetés során egy ember szenvedéstörténetének egyedisége és egyszerűsége bontakozik ki.

Logoterápiai négyzet. Kurz szerint a terápiás vonatkozásokból kiindulva a logoterápiai négyzet egyes oldalai a következők lesznek: 1. az életforma értelme, vagyis az életforma által lehetővé tett értelemlehetőségek; 2. az értelemteremtő ember értelme, amely a különféle alkotásokban nyilvánul meg; 3. az értelembefogadás értelme; 4. az lélettörekvések értelme, amelyek az idő során életformává alakulnak.

A szövegkritikai módszernél maradva ez azt jelenti, hogy a logoterápiában a kliens múltra vonatkozó értelem-összefüggéseit elemezzük. Frankl belátását követve Kurz figyelmeztet arra, hogy a logoterápiás szemlélet nem kizárólag problémaorientált, hanem a múltbéli értelemmegvalósítást értéként, erőforrásként értelmezi. Frankl tanainak megfelelően amikor egy embert megérteni akarunk,

helyes, ha a problémákra összpontosítunk, de amennyiben konkrétan segíteni akarunk, értelemközpontúan kell eljárunk.

A kötet mindegyik fejezete következetesen bontja ki a bibliai hermeneutika terápiás és logoterápiás aspektusait. Kurz ebben a munkában egy sokrétű és részletes szempontrendszert dolgozott ki. A vállalkozás erényei és hiányosságai az alábbi két pontban foglalhatók össze:

a.) A kötet a hermeneutikai módszer gyakorlati jelentőségére mutat rá. Az egyes fejeztek elemzése kiálón bemutatják, hogy a bibliai hermeneutika szövegközpontú szemlélete jól használható az élettörténetek terápiás-logoterápiás értelmezésénél. Innen nézve érdekes azonban, hogy a szerző miért támaszkodik kizárólag Oeming koncepciójára. A hermeneutikai hagyomány ugyanis számos olyan megközelítést kínál, amelyek terápiás kontextusban is kiálón értelmezhetők. Az olvasó azt is sajnálhatja, hogy a konkrét esetelemzések elmaradnak. Bízunk benne, hogy a jövőben Kurz vagy a Tübingeni Logoterápia és Egzisztenciaanalízis Intézet munkatársai élethermeneutikai esettanulmányokat is közlé tesznek.

b.) Wolfram Kurz vállalkozása a logoterápia szempontjából fontos és kreatív módszertani kiegészítésnek ígérkezik. Viktor E. Frankl sokszor hangsúlyozta a logoterápia és egzisztenciaanalízis továbbfejlesztésének szükségességét, mégis a logterápia mai szakirodalmában kevés olyan tanulmány jelenik meg, amelyik Frankl életművéhez kreatívan viszonyul. Ennek ellenére érdekes és részben meglepő, hogy Kurz elsősorban a logoterápia szót használja a harmadik bécsi pszichoterápiás irányzat megjelölésére, és az egzisztenciaanalízis fogalma és módszertana nem kerül górcső alá. Az egzisztenciaanalízis megközelítése ugyanis sokkal bensőségesebb kapcsolatot tudna teremteni a hermeneutika és a logoterápia között. Ráadásul Frankl többször is hivatkozik arra, hogy az egzisztenciaanalízisnek nem kizárólag elméleti-antropológiai szerepe van, hanem ez egyúttal az életrajzi elemzés módszere.

Szilika-Iván Emőke

Az értelemmel teli munka

Alex Pattakos: *Prisoners of Our Thoughts. Viktor Frankl's Principles for Discovering Meaning in Life and Work*. Berrett Koehler Publishers, 1. kiadás 2004, 2., átdolgozott kiadás 2010

A görög eredetére oly büszke, krétai gyökerekkel rendelkező görög-amerikai, dr. Alex Pattakost hazájában sokan a „modern idők görög filozófusa” és az „értelem filozófusa” jelzőkkel emlegetik, vagy kedvesen csak „dr. Értelem”-nek becézik. Mentálhigiéniai és üzleti tanácsadóként sok éve elhivatottan azon dolgozik, hogy bebizonyítsa: lehet és kell értelmet felfedezni a munkában, a munkahelyen és a mindennapi életben. Több évig elnöke volt a nemzetközi nonprofit szervezetnek, a Renaissance Business Associatesnak, amelynek tagjai elkötelezetten dolgoznak azon, hogy az ember szellemi volta elismerést kapjon a munkahelyeken is. Legismertebb könyvét, a *Prisoners of Our Thoughts* címűt eddig 22 nyelvre fordították le, megírására mentora, dr. Viktor E. Frankl buzdította még 1996-ban. Dr. Pattakos amerikai veterán katona, politológiai és pszichológiai tanulmányainak birtokában az amerikai kormányzat majdnem minden szintjén dolgozott, beleértve az amerikai Fehér Házban három elnöknek nyújtott tanácsadói munkáját is. Dr. Pattakos feleségével, Elaine Dundonnal közösen alapította meg a Global Meaning Institute-ot, és indította útjára a „The OPA! Way”-t, a görög filozófiával, mitológiával és kultúrával átítatott szellemiségű, értelemmegvalósításra ösztönző képzési és tanácsadói kezdeményezést.

A munka nemes voltát és értelmességét már sokan és sokféle módon igyekeztek megközelíteni és bebizonyítani. Viktor Frankl szellemiségének a relevanciáját a munkában még nem próbálta meg senki sem leírni. Dr. Pattakos erre kapott felhatalmazást és biztatást Viktor Frankl-tól 1996-ban, majd Frankl halála után érezte egyre sürgetőbben, hogy a logoterápia tanítását elérhetővé kell tennie a „hétköznapi hősök”, a dolgozó emberek számára is, hogy így ő is

tevélegesen hozzájárulhasson a frankli örökség életben tartásához és minél szélesebb körben való terjesztéséhez.

Napjaink divatos tudásátadási és előadási módszere a történetmesélés, angolul *storytelling*. Azt mondják, e módszer sikere az emberi emlékezés sajátosságából fakad. Memóriánk ugyanis képalapú, ráadásul mozgóképalapú. Így amikor egy történetet színesen és élvezetesen mesélnek el nekünk, az érzelmeket vált ki belőlünk, és mint egy élvezetes utazás, úgy ragad magával minket, inspirál és motivál, s így mondanivalójának értelmezése jóval személyesebbé válik.

Ezt a módszert választotta a szerző is, hogy alkalmazásával a történeteken keresztül eredményesen és élvezetesen tudjon tanítani minket. A történetek valóságosága és eredetisége csakúgy, mint a könyv logikus felépítése könnyen emészthetővé és kézzelfoghatóvá teszi az olvasó számára a filozófiai alapjai miatt sokak számára néha talán nehézkesebben feldolgozható logoterápiái téziseket.

Magának a könyvnek is története lett, és tükrében csakúgy, mint annak a sok-sok emberi történetnek, amit a könyvben a szerző bemutat, felfedezhetővé vált az értelem megvalósítása feletti öröm diadala. A könyv megjelenése után röviddel az Indiai-óceánon megtörtént az évszázad egyik legnagyobb természeti katasztrófája, a Srí Lanka-i szökőárpusztítás. Hogy hogyan, azt nem tudni, de a könyv a jakartai bázison szolgálatot teljesítő szervezet, a Dunamis Organization Services egyik vezetőjének a kezébe került. A vállalat önkéntesek felkészítésére dolgozott ki fejlesztési és képzési programokat. Akkor, 2004 decemberében egy olyan programot kellett megalkotniuk, amelynek nemcsak arra kellett megtanítania az önkénteseket, hogy gyors és hatékony megoldásokat tudjanak adni a pusztítás és a szenvedés hatásainak csökkentésére, hanem hogy egyúttal jól tudják kezelni a saját pszichológiai reakcióikat is. A program kidolgozásához felhasználták a könyvben leírt programot, majd innen a könyv saját útjára indult. Különböző szervezetek, köztük üzleti, kormányzati és nonprofit szervezetek is, mint például az UNESCO vagy az UNICEF, alkalmazták a könyvben leírtakat saját programjainak kidolgozása során. A könyvben leírt hét alapelv szilárd alapot adott az önkéntes programban részt vevők tudásának, képességeinek,

hozzáállásának fejlesztéséhez és alakításához. Egy eklatáns példa arra, hogy még akár egy könyv sikere is jól definiálható – talán még hitelesebben is, mint a megszokott mértékegységekkel – az értelemmegvalósítás és értékteremtés mérőszalagján.

A könyv „a valódi szabadságról” szól – írja a szerző. A gondolataink börtönéből való kiszabadulás reményéről. Ennek a kiszabadulásnak az izgalmas történetéről, melyhez a frankli elvek adnak szellemi erőt, a szerző hét pontja pontosítja a mérőföldköveket, a történetek, gyakorlatok, példák és kérdések pedig megedzenek.

Elképzelhető, hogy lesznek olyanok, akikben a könyv címe ellenérzést, tiltakozást, akár ellenállást kelt. Az azzal való szembenézés, hogy nem vagyok szabad, és börtönben sínylődöm, fájdalmas. A szerző azonban a szeretetteljes szembesítés módszerével dolgozik velünk. Ezzel az attitűddel tárja elénk annak a téves hitnek hazugságát, miszerint ha a dolgok „rendben”, a megszokott módon, az ellenőrzésünk alatt működnek, borítékolható az élet sikeressége. A könyv azonban kérdez, feltár és provokál: vajon szokásaink, megrögzött és tévedhetetlennek tartott gondolataink rabságában sínylődve nem zárjuk-e el magunkat az élet valódi és értékes lehetőségeinek megvalósítása elől? Fel merem-e tenni magamnak a kérdést: van-e ennek értelme? Hol van itt értelem?

A szerző pedig így válaszol: „Az értelemkeresés az életünkben széles és keskeny ösvényekre vezet minket. Amikor eltávolodunk önmagunktól – mikor mások felé megbocsátóak, önzetlenek, előzékenyek, nagylelkűek és megértőek vagyunk –, belépünk az értelem spirituális birodalmába. Azáltal, hogy önmagunktól eltávolodunk, tesszük életünket valóban gazdagabbá. Ezt az igazságot igazán mélyen minden jelentőségteljes szellemi hagyomány magáénak vallja. Ez egy olyan titok, amit csak megtapasztalni lehet. Amikor pedig megtapasztaljuk, na akkor kerültünk az értelem középpontjába, annak szívébe. Többé már nem sínylődünk gondolataink rabságában” (216.).

Dr. Pattakos az általa leírt hét nagyszerű alapelvvel meghatároz egy egyfajta alapvető emberi nagyságot, amely nagyság azokban fejlődik ki, akikben az emberi jellem és a cselekedetek, a lelkiismeret és a szeretet, a választás és az értelem összessége jelen van, és együtt is működik. A hét alapelv: 1. Gyakorold a hozzáállásod

megválasztásának szabadságát. 2. Tudatosítsd az értelem akarása iránti képességed. 3. Vedd észre az élet adott pillanatának értelmét; 4. Ne dolgozz magad ellen. 5. Nézz magadra kellő távolságból. 6. Változtasd meg a figyelmed fókuszát. 7. Lépj túl önmagadon.

A könyv azt ígéri, hogy a hét alapelv megértése és tudatos alkalmazása örömteli munkavégzéshez és egy örömteli munkakörnyezet megteremtéséhez vezet. Ehhez, azt írja a szerző, először szemléletváltásra van szükségünk, majd nemcsak az emberi mivoltunk transzformációjára, hanem magának a munkának a transzformációjára is. „A 21. században a munka transzformációja nem mást jelent, mint felhívást az emberiségre – egy újfajta tudatosság meglétét, ami egyszerűen ezt mondja: próbáljunk meg egyensúlyt teremteni a munka és a magánélet között. Felhívást ad arra, hogy becsüljük meg egyéniségünket, és szellemi mivoltunkat vigyük bele a munkába – bármilyen is legyen az.” (45.)

A logoterápiát már ismerők számára új ismeretet nem nyújt a könyv, azonban rendszerezettségével, logikus felépítésével, a gyakorlati példák ismertetésével kitágítja számukra a logoterápia alkalmazhatóságának perspektíváját. A logoterápiával most ismerkedők a gyorstalpalónál sokkal mélyebb, könnyed és logikusan összeállított rendszerbe foglalt tanítást kapnak a logoterápiáról, Viktor Frankl személyéről és szellemiségéről. A könyv bevezetője, az előszó remekül összefoglalja a könyv üzenetét, melyet dr. Stephen R. Covey, a nagy sikerű *Kiemelkedően sikeres emberek 7 szokása* című könyv szerzője írt meg. Meghatóan vall Covey Frankl iránt táplált személyes tiszteletéről és szeretetéről, mely attitűd később a szerző soraiban is folyamatosan tetten érhető. Mint kiderül, Covey is személyesen ismerte Franklt, munkájában alkalmazta a logoterápiai elveket. „Tanításaimban arra döbbsentem rá – írja Covey –, hogy a legegyszerűbb, legüditőbb, legizgalmasabb és legmotiválóbb eszme, amit az ember valaha is megalkotott, az a választás hatalmának eszméje – vagyis az az elgondolás, hogy jövőnket azzal tudjuk megjósolni, ha létrehozzuk. Ez nem más, mint a személyes szabadságunk, annak tudatosításának eszméje, Viktor Frankl kérdésének feltételével: *Mit kér tőlem az élet? Ebben a helyzetben mit kérdez tőlem?* A valamire való, sokkal inkább, mint a valamitől való szabadság megélése.” (29.) A logoterápia

méltatásának egyik jelentős pillanata ez, hiszen az elismerő szavak napjainknak az üzleti életben egyik legelismertebb és legelfogadottabb tanácsadójának a tollából származnak.

A könyv egyes fejezeteiben egyenként mutatja be a szerző az alapelveit, azok logoterápiái alapjait, és példákkal illusztrálja az elvnek a mindennapi életben és a munka világában való megvalósulását. Minden fejezet végén egy önreflexiót szolgáló, kérdésekkel vezetett gyakorlatsor található, melyek segítségével az olvasó feldolgozhatja az adott fejezetben ismertetett logoterápiái tanítást.

Az utolsó fejezet a második kiadásban került a könyvbe. A fejezetben a szerző megosztja velünk a legfrissebb tapasztalatait, a témát illető legújabb kutatási eredményeket. „Az értelemkeresés megatrendjét éljük a huszonegyedik században” – írja dr. Pattakos. „Az értelem a motivációnk energiaforrása és üzemanyaga, ami segít minket abban, hogy a bennünk rejlő lehetőségeket maradéktalanul kihasználjuk, akár a hétköznapi életben, akár a munkában. Az évek során meggyőződtem arról, hogy az élet vagy a munka minőségében látványosan megmutatkozik az értelmesség utáni keresés motivációjától való fűtöttség. Nyomatékosítom: fontosabb ismerni az értelmet, mint okosnak lenni. Az értelemmel teli élet felé való első lépés megtételéhez, mely értelmes élet magába foglalja az értelemmel teli munkát – annak igen tág értelmezésével –, a legfontosabb, hogy tudatosítsuk: az ember alapvető szükséglete az értelem keresése, annak tudatosítása. Ezt a lépést mindannyiunknak egyedül kell megtennünk, senki nem tud benne és megvalósulásáért minket segíteni.”

Jó tanárként a szerző receptet is ad a könyv sikeres feldolgozásához. Osszuk meg másokkal, illetve tanítsuk meg másoknak is az alapelveket, egyesével. Először azokkal, akikkel együtt élünk, vagy akikkel együtt dolgozunk, majd mindenkivel, aki nyitott rá. Közben ne feledjük: ültessük át a gyakorlatba is az elveket. A változás katalizátorává fogunk válni, tranzit figurákká, ahogy írja dr. Stephen R. Covey az előszóban, az élet pedig olyan értelmet fog nyerni, amit soha nem gondoltunk volna.

„Az élet egy küldetés, nem egy karrier”, mondta Frankl. S még ha oly sokszor lehetetlennek is tűnik ez a küldetés, csak rajtunk áll, hogy véghezvisszük-e vagy sem. Ehhez kíván segítséget nyújtani ez a könyv.

„Van valami bennünk, ami minden általunk lehetségesnek gondolt fölé és azon túlra képes emelni minket. A munkában és a mindennapi életünkben megvalósítható értelem iránti belső vágyunk az, ami most a miénk, ebben az adott pillanatban. Már amennyiben nem vagyunk gondolataink rabjai” – fejezi be Pattakos.