



FRANKLOVA LOGOTERAPIJA – LIJEČENJE SMISLOM

Želimir PULJIĆ
Dubrovnik

UDK: 159.964-05 Frankl. V. E.
159.964.3
615.851

Stručni rad

Primljeno: 16. 5. 2005.

Prije sto godina rodio se u Beču utemeljitelj logoterapije, psihijatar Viktor Emil Frankl. On je u "holokaustu" ratnih stradanja (1942. – 1945.) izgubio članove svoje obitelji, a iskustvo patnje ojačalo ga je u uvjerenju kako je smisao života jači od svega. Stvorio je sustav logoterapije koja se bavi "smislom postojanja" i terapeutskom tehnikom pronalaženja toga smisla, a teoriju je sažeo u tri pojma: slobodna volja, volja za smislom i smisao života. Glavni uzrok brojnih bolesti današnjice Frankl vidi u pomanjkanju svrhe i smisla života, što uzrokuje duševni nemir "bescilnosti", "besmisla" i "praznine" (noogene neuroze). Logoterapija naučava kako u životu postoji objektivni i opći smisao koji vraća ljudima vjeru u život i budi smisao za odgovornost. Budući da je čovjek slobodno i odgovorno biće, Frankl ne priznaje nikakav determinizam koji bi upravljao njegovom sudbinom. Čovjek je kovač svoje sreće i sposoban je otkrivati vrednote života, u čemu ga vodi savjest, koja je njegov "organ smisla". Frankl se obilno služi mišljenjima, spoznajama i otkrićima drugih autora, a njegova psihološka i filozofska razmatranja zanimljiva su i rado se čitaju. On ne zataškava suprotnosti među pojedinim psihološkim pravcima i psihoterapijskim metodama. Poštuje druge pravce, slobodno iznosi zamjerke i kritičke primjedbe i ne prihvata isključivosti. Dobro je obaviješten i solidno pripravljen, ne samo u filozofiji i medicini koje je promovirao nego i u drugim granama prirodnih i društvenih znanosti, u etici i psihijatriji, terapiji i psihologiji. Iz njegovih knjiga, članaka i predavanja zrači nepokolebiv optimizam i nada. Logoterapija stoga nije samo tehnika; ona je i umijeće kojim se uspješno pomaže ljudima da pronađu smisao. I to na tri načina: stvarajući neko djelo, doživljavajući neku vrijednost i trepeći.



Želimir Puljić, Poljana P. Miličevića 4, p. p. 85,
20001 Dubrovnik, Hrvatska.
E-mail: zelimir.puljic@du.t-com.hr

OSNOVNI BIOGRAFSKI PODACI

Prije sto godina, 26. ožujka 1905., rodio se u Beču Viktor Emil u obitelji Gabriela i Elze Frankl. Otac mu je bio podrijetlom iz Pohrlitza u južnoj Moravskoj, a majka je bila rodom iz Pariza. Roditelji su mu imali troje djece: Waltera Augusta (1902.), Viktora Emila (1905.) i Stellu Josefinu (1909.). U gimnazijskim danima (1915. – 1923.) Frankl je pokazivao poseban interes za filozofska pitanja. Uz redovno pohađanje gimnazije, povremeno je slušao predavanja iz psihologije na "pučkom učilištu". Ondje je upoznao psihoanalizu Sigmunda Freuda, a 1921. odvažio se pripremiti i održati prvo predavanje pod zanimljivim naslovom: *Smisao života*. Njegov maturalni rad, *Psihologija filozofske misli Arthura Schopenhauera – psihoanalitička anamneza (patografija)*, objavljen je 1923. u rubrici za mlade, u dnevnoj tiskovini *Der Tag*. U to vrijeme dopisivao se s Freudom, koji je preporučio objavljivanje Franklova članka *O mimici afirmacije i negacije (Zur mimischen Bejahung und Verneinung)* u *Međunarodnom časopisu za psihoanalizu*. Poslije mature Frankl upisuje studij medicine. Uskoro upoznaje i drugoga bečkog psihologa, Alfreda Adlera, koji će mu svojim spisima i nazorima biti mnogo razumljiviji i bliži od Freuda. U članku *Psihoterapija i pogled na svijet* (1925.) Frankl je pokušao objasniti potrebna razgraničenja između psihoterapije i filozofije te istaknuti važnost smisla i vrednota. Na kongresima psihologa u Düsseldorfu, Frankfurtu i Berlinu (1926.) drži predavanja u kojima počinje razrađivati teoretske principe buduće logoterapije. Organizira savjetovalište za mlade, na koje poziva znamenite predavače i psihologe, npr. Charlottu Bühler, Erwina Wexberga, Juliusa Tandlera i dr. Osniva i uređuje časopis *Čovjek u svagdašnjici. Časopis za širenje i upotrebu individualne psihologije (Der Mensch im Alltag. Zeitschrift zur Verbreitung und Anwendung der Individualpsychologie)*. Nakon diplomiranja zapošljava se na neurološkoj klinici "Am Rosenhügel" u Beču. Budući da su njegovi stavovi i članci bili zapaženi i u inozemstvu, pozivali su da drži predavanja na sveučilištima u Pragu i Budimpešti.

Kad je Hitler došao na vlast, Frankl je imao priliku otići u Ameriku. No nije iskoristio ponuđenu vizu, jer nije htio ostaviti roditelje same. Do 1942. vodio je odjel neurologije u "Rothschildspitalu", gdje su se uglavnom liječili židovski pacijenti. Ondje je, uz rizik vlastita života, sabotirao 'program eutanazije', što su ga provodili nacisti za "psihičke bolesnike" s lažnom dijagnozom liječničke pericije. U tom razdoblju objavio je nekoliko članaka koji će postati okosnica knjige *Liječnik i duša (Ärztliche Seelsorge)*.¹ Na početku 1942. vjenčao se Tilly Grosser, a već u rujnu bio je s roditeljima interniran u logoru Theresienstadt u Češkoj, gdje će mu otac 1943. umrijeti od gladi u

82. godini. Sestra Stella uspjela je u međuvremenu otići u Australiju, a brat Walter sa ženom Elzom biva odveden u Auschwitz. Onamo će i on stići 1944. s majkom i ženom Tilly. Pri ulasku u logor mora ostaviti rukopis. U logoru doskora otkriva da mu je brat stradao. U listopadu iste godine u plinskoj komori umire i njegova majka. Iz Auschwitza su ga prebacili u Kaufering, poslije u Türkheim, a to su bile filijale logora Dachaua. Dne 27. travnja 1945. biva oslobođen, a nekoliko mjeseci kasnije saznaje da mu je i žena umrla u logoru.

Na Neurološkoj poliklinici u Beču postaje 1946. primariusom. Ondje će ostati punih 25 godina. Uskoro objavljuje knjigu *Liječnik i duša (Ärztliche Seelsorge)*, kojom postiže habilitaciju na sveučilištu. Neposredno nakon toga, u samo nekoliko dana, izdiktirao je sadržaj knjige *Doživljaji psihologa u koncentracionom logoru (Ein Psycholog erlebt das Konzentrationslager)*.² Knjiga je odmah prevedena na engleski pod naslovom *Čovjek u potrazi za smislom (Man's Search for Meaning)*, pa je u Americi bila prodana u 9 milijuna primjeraka. Ponovno se ženi Eleonorom Katarinom Schwindt, s kojom u prosincu 1947. dobiva i kćer Gabrielu. Iste godine objavljuje vrlo zanimljivo djelo *Psihoterapija u praksi. Kazuistički uvod za liječnike (Die Psychotherapie in der Praxis. Eine kasuistische Einführung für Ärzte)*, obogaćeno kliničkim primjerima i slučajevima. Godine 1948. postiže habilitaciju iz neurologije i psihijatrije te doktorat iz filozofije disertacijom *Bog podsvijesti. Psihoterapija i religija (Der unbewußte Gott. Psychotherapie und Religion)*.³ Osniva austrijsko društvo za psihoterapiju i postaje njegovim prvim predsjednikom. Godine 1949. drži nekoliko zanimljivih predavanja o smislu patnje, koja će objaviti u knjizi *Čovjek patnik (Homo patiens)*. U toj knjizi istaknut će jedan od bitnih vidika logoterapije, tj. utjehu ljudima koji pate. Na Salzburškoj ljetnoj školi izložiti će 'deset teza o čovjeku' koje su u temelju njegove antropologije: svako je ljudsko biće apsolutni novum, duhovne naravi, odgovorno za svoju sudbinu, dinamično, jedinstveno duhovno-tjelesno biće koje nadilazi materijalni i životinjski svijet te teži prema onostranosti. Ove će teze podrobnije iznijeti i objasniti 1951. u knjizi *Logos i egzistencija. Tri predavanja (Logos und Existenz. Drei Vorträge)*. S Ottom Pötzlom objavljuje 1952. popularno izdanje psihofizioloških studija koje je držao na radiju, *Psihoterapija u svakodnevi – sedam radioemisija (Die Psychotherapie im Alltag. Sieben Radiovorträge)*. Za njega se u Americi osobito zauzimao psiholog Gordon Allport, koji će potaknuti prevođenje njegovih djela na engleski. Za bolju sistematizaciju Franklovih misli tiskan je 1959. *Priručnik o neurozama i psihoterapiji (Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie)*, gdje je u pet poglavlja, *Osnovni prikaz egzistencijalne analize i logoterapije (Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie)* predstavljena *Franklova logoterapija*.⁴

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 14 (2005),
BR. 4-5 (78-79),
STR. 885-902

PULJIĆ, Ž.:
FRANKLOVA...

Godine 1970. u San Diegu u Kaliforniji, na Međunarodnom sveučilištu, uvedena je katedra logoterapije i utemeljen prvi logoterapijski institut na svijetu, a Frankl je iste godine dobio počasni doktorat na Loyolinu sveučilištu u Chicagu i na Edgecliffe Collegeu u Cincinnatiju. Zaredali su pozivi da drži predavanja na sveučilištima diljem svijeta, na kojima je Frankl dobivao brojna priznanja i počasne doktorate.⁵

Dne 2. rujna 1997. godine Frankl je preminuo od srčanog udara. Pokopan je vrlo skromno na Glavnom židovskom groblju ('Zentralfriedhof'), vrata 11., grupa 76b, u 23. redu u grobu br. 27. Neka počiva u miru Božjem!

POTRESNO I BOGATO LOGORAŠKO ISKUSTVO

Osnivača logoterapije Viktora Frankla smatraju jednim od najvećih bečkih psihijatara XX. stoljeća. O njegovu pravcu u psihologiji i terapiji napisano je mnogo knjiga i studijskih priloga, od kojih su mnogi prevedeni na mnoge svjetske jezike.⁶ Njemu u čast ustanovljena je i nagrada "Franklov orden odgovornosti", a zadnja takva nagrada uručena je sada pokojnoj Majci Terezi iz Kalkute. Budući da je potjecao iz židovske obitelji, snašla ga je sudbina njegovih sunarodnjaka. U 37. godini otpočela je njegova trogodišnja odiseja kroz tamu ljudske okrutnosti, torture, straha i užasa, kad je izgledalo kako je "najbolje" potražiti spas u smrti. "Silazak u pakao" započeo je vlakom u rodnom Beču prema sjeveroistoku. Nitko od 1500 putnika nije znao niti je slutio kamo vlak vozi. U odjeljku s njim bilo je osamdesetak "putnika". Bilo je tijesno pa nisu mogli ni sjesti. Pokušavali su zaspati naslonjeni na torbe koje su ponijeli sa sobom. Vlak je vozio nekoliko dana i noći bez zaustavljanja. Konačno je jednoga jutra usporio i zaustavio se. "Putnici" su zaplašeno virili kroz prozore kako bi otkrili gdje se nalaze. Na stanici je pisalo: "Auschwitz".

Kad se vlak zaustavio i vrata se otvorila, stigla je naredba da izađu iz vlaka i da se poredaju u dvije vrste. Na jednoj su strani bili muškarci, a na drugoj žene. Na čelo kolone došao je časnik koji je svakom pojedinom kažiprstom pokazivao kamo da se uputi, na lijevu ili desnu stranu. Nitko nije znao, a niti shvaćao, što to odvajanje znači. Kad je Frankl došao na red, časnik se malo zadržao, položio ruku na njegova ramena te pokazao neka krene nadesno. Navečer pak u logoru Frankl je upitao nekoga od starijih logoraša kamo su otišli oni "slijeva". Čovjek mu je s bolom pokazao na dimnjake i rekao kako su svi završili u "sjeni i ognju krematorija". Oni pak "s desne strane" bili su upućeni da prođu kroz nekoliko ureda, gdje su morali odložiti sve što su donijeli sa sobom i odjenuti zatvoreničko odijelo. Frankl je nosio rukopis knjige koja je bila pred završetkom. Bilo je to njegovo duhovno dijete.⁷ Nije mu

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 14 (2005),
BR. 4-5 (78-79),
STR. 885-902

PULJIĆ, Ž.:
FRANKLOVA...

bio svejedno kad je rukopis morao ostaviti u jednom od tih ureda. Teška je srca to učinio. Odgovor je, međutim, našao ubrzo. U džepu odijela koje je dobio našao je papir s ispisanom židovskom molitvom "Šema Jisrael" ("Slušaj, Izraele..."). Ova molitva bila mu je poticaj da životu kaže "da". Kako u radosti, tako i u patnji. Pa čak i u umiranju.⁸ Komad papira s ispisanom molitvom postao mu je sada vrijednijim od izgubljenoga rukopisa, uz znakovit poziv neka sada proživi onu filozofiju života o kojoj je pisao u navedenom rukopisu knjige. "Kako sam drugačije mogao tumačiti tu 'podudarnost'", piše kasnije Frankl,⁹ "nego kao poziv da svoje misli živim, mjesto da ih samo stavljam na papir".

Bilo je to 1942. godine. Frankl se našao u okruženju organiziranoga mučenja, u kojem je nastradalo više od šest milijuna Židova. On će biti jedan od malobrojnih koji će preživjeti. Patnja će mu, međutim, priuštiti najveće životno iskustvo koje nije mogao ni zamisliti. U "holokaustu" ratnih stradanja izgubio je sve članove obitelji. No preživio je logorske nevolje. I još više. Pobijedio je sve životne izazove (Viktor znači pobjednik), a iz kušnje izašao ojačan vjerom u ljudske sposobnosti. Iskustvo patnje rodilo je uvjerenjem kako je smisao života jači od svega. Čak i od smrti. I premda ga je u "besmislenoj situaciji" salijetala pomisao na samoubojstvo, barem nakratko, Frankl je već prve večeri zadao samom sebi čvrstu riječ kako "neće uletjeti u žicu".¹⁰ Tim se izrazom, naime, opisivala metoda samoubojstva u logoru – da se dodirne ograda na žica pod električnim nabojem.

Za trogodišnjega boravka u logoru (1942.-1945.) nije bio psihijatar, doktor medicine ili ravnatelj neurologije, nego zaptvorenik i logoraš s brojem 119.104. U mizernim logorskim uvjetima naučio je kako na zemlji postoje samo dvije rase ljudi – dobrih i loših. Ondje je otkrio kako je važno imati ideale i razloge za život te došao do potvrde svojih znanstvenih teza o slobodi kojom je čovjek sposoban birati u svim okolnostima i aktivnostima. U najmračnijim trenucima postojanja on je kadar preživjeti i spasiti dio duševne slobode koju mu nitko ne može oduzeti. Poglavitito kad po slobodi otkrije smisao svoje opstojnosti. Zato Frankl tvrdi kako onomu tko ima jedan 'zašto' u životu ne stvara nikakav problem 'kako'.¹¹ Uvjeren je kako se u svim okolnostima može naći smisao, uključujući i patnju, pa i samu smrt. Jer, trpjeti znači živjeti, a naći smisao trpljenja znači preživjeti. U predgovoru knjizi *Zašto se niste ubili?* pita cijenjeni američki psiholog Gordon Allport: "Kako je mogao – lišen svega posjeda, kraj pogaženih vrijednosti, podnoseći glad, hladnoću i brutalnost, očekujući svakog sata uništenje: kako je mogao osjećati život vrijednim? Psihijatar koji se osobno sučelio s takvim krajnjim situacijama zaslužuje

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 14 (2005),
BR. 4-5 (78-79),
STR. 885-902

PULJIĆ, Ž.:
FRANKLOVA...

da ga čujemo. Riječi dr. Frankla imaju dubok, pošten prizvuk, jer se temelje na iskustvima".¹² Svoju teoriju i bogato proživljeno iskustvo on je pretočio u stotinjak članaka i u 17 knjiga. I zaslužuje da nešto od toga čujemo prigodom njegova 100. rođendana.

ŠTO JE LOGOTERAPIJA?

Frankl je stvorio sustav logoterapije kako bi pojedincima pomogao naći smisao vlastite egzistencije. Logoterapija se, dakle, bavi "smislom ljudskoga postojanja" i osobitom terapeutskom tehnikom koja pomaže pronaći smisao života. Ona je prvotno terapijska metoda pomaganja osobama koje osjećaju pomanjkanje smisla. I više je tehnika nego teorija. Franklova antropologija jednostavna je i jasna. Polazi od pretpostavke kako "nema psihoterapije bez teorije o čovjeku i određene filozofije života" na koju se psihoterapija oslanja.¹³ Teoriju o logoterapiji sažima u tri pojma: slobodna volja, volja za smislom i smisao života. Kad razmišlja o čovjeku, nastoji povezati njegove tjelesne, psihičke i duhovne dimenzije. Jer kad se uzimaju u obzir npr. samo tjelesne potrebe i cijene samo čovjekove tjelesne odlike i dimenzije, neminovno se zanemaruju ona druga ljudska svojstva, psihološke i duhovne naravi. I obratno. A čovjek nije jednodimenzionalan. No usprkos njegovoj višeslojnosti, on je integralno i jedinstveno biće. Njegove umrežene psihičke, fizičke i duhovne odlike čine ga "jedincatim", neponovljivim, upućenim na druge i "predodređenim" da traži smisao. Stoga "biti čovjek", prema Franklu, znači biti uvijek "usmjeren na nešto ili na nekoga".¹⁴ To je glavna potka sustava logoterapije: od slobode volje preko volje za smislom do smisla života.

Po daru slobode, naime, čovjek je "slobodno biće". No sloboda je samo pola istine o njemu. Druga je polovica odgovornost. Iako je čovjekova sloboda ograničena i uvjetovana okruženjem, on je ipak slobodan zauzeti stav prema toj ograničenosti. Čovjekova sloboda ne znači biti "neograničen", nego biti kadar zauzeti stav i oduprijeti se okolini i kobima sudbine. I biti svoj, rekao bi Šenoa. Sloboda nije sloboda od bioloških, psiholoških i socioloških uvjeta. Ona je zapravo sloboda za nešto, a ne sloboda od nečega.¹⁵ To je sloboda da se zauzme stav prema svim uvjetovanostima. Stoga Frankl opisuje čovjeka kao biće koje se "stalno odlučuje".¹⁶ I nada se, a i želi, da se pritom "slobodno i odgovorno odlučuje" kako bi uskladištio svoja djela u nepropadljive prostore koji su "zaštićeni od prolaznosti".¹⁷

Srž logoterapije jest govor o budućnosti, o svrsi i ciljevima koje treba dostići, o zadacima i poslovima koje valja obaviti. Riječ potječe iz grčkoga jezika, 'logos', a znači smisao. Sto-

ga se logoterapija usredotočuje na smisao čovjekove egzistencije, koja je primarna motivacijska snaga.¹⁸ Gledajući pak na sam smisao, Frankl veli kako ga "mi ne izmišljamo, nego otkrivamo". Nije čovjek "taj koji pita za smisao života, nego život njemu postavlja pitanja na koja on treba odgovoriti. A odgovoriti životu može jedino tako da odgovara za svoj život: da bude odgovoran. Odgovornost je prava bit čovjekove egzistencije".¹⁹ Čovjek, naime, "stalno traži smisao svoga postojanja i života. I to je ono što Frankl zove "volja za smislom",²⁰ a definira je kao "korjenitu težnju čovjeka da nađe i ostvari cilj i smisao života". Jer život nije rukopis koji valja odgonetnuti, nego protokol koji treba slobodno i odgovorno ispisati. Jedanput "ispisan protokol" ne trpi ispravaka, a jednom učinjen izbor ostavlja "besmrtni trag u pijesku vremena".²¹

Polazeći od ljudske slobode, Frankl se žestoko protivi mišljenjima i tvrdnjama onih psihologa i teoretičara koji opisuju ljudsko stanje kao nešto što je determinirano biološkim instinktima ili konfliktima iz djetinjstva i nekim drugim izvanjskim činiteljima. Istina, čovjek je podložan utjecajima izvana i okolnostima koje ga pogađaju u životu. Kao što se, uostalom, dogodilo i samom Franklu, kad se našao u koncentracijskim logorima. Usprkos neslobodi i logorskim uvjetovanostima, on je iskusio kako čovjek može biti slobodan te birati i reagirati na okolnosti. Ne može umaći utjecaju sila oko sebe. Ali slobodan je zauzeti svoj stav prema njima. To mu daje slobodu i sposobnost da se izdigne nad sudbinu i okolnosti te da vlastitom voljom pronađe smisao života i otkrije cilj svoje egzistencije. I što smo sposobniji sebe nadići, posvećujući se nekom cilju ili nekoj osobi, to više postajemo ljudi. A to onda biva i glavnim kriterijem razvoja zdrave osobnosti, jer na taj način zapravo postajemo stvarno svoji. Gospodari svoje sudbine i kovači svoje sreće.²²

Traženje smisla, međutim, uključuje našu osobnu odgovornost. Nitko i ništa – ni roditelji, ni prijatelji, ni narod, ni zemlja – ne može nam darovati smisao ili cilj našega života. Na nama je odgovornost da pronađemo taj put smisla i da na njemu ustrajemo.²³ Moramo, poput Frankla, odgovorno i slobodno dovesti u vezu sve okolnosti našega postojanja i pronaći osmišljenje. Život je trajan izazov na koji valja davati odgovore. Ne samo riječima i mislima nego i djelima, pokazujući tako na konkretan smisao koji smo otkrili. Glavni uzrok brojnih bolesti današnjice jest pomanjkanje svrhe i smisla u životu (*Sinnlosigkeit*). Pomanjkanje toga životnog smisla rađa duševne nemire, koje Frankl naziva noogenim neurozama, a stanje opisuje kao "besciljno", "besmisleno", "neosmišljeno", "prazno". Pratilica besmisla jest "ubitačna duševna praznina", koju je Frankl otkrio i među studentskom populacijom u neobuz-

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 14 (2005),
BR. 4-5 (78-79),
STR. 885-902

PULJIĆ, Ž.:
FRANKLOVA...

danoj "jurnjavi za užicima".²⁴ U tom smislu on tvrdi kako je "uporno traženje rasonode znak praznoga života".²⁵ Ljudi imaju sve više slobodnoga vremena i dokolice, pa se egzistencijski vakuum doživljava kao stanje dosade koju valja nečim popuniti. Dosada i apatija tipični su simptomi noogenih neuroza, koji nastaju iz dva razloga: prvi je u tome što čovjek u ponašanju nije više "vođen i upravljani" instinktima, nego razumom. Izgubio je instinktivnu moć zauvijek, pa osobno mora odabrati kako se ponašati. Drugi je razlog u gubitku "tradicionalnih propisa" i vrednota koje su "donekadno podržavale njegovo ponašanje",²⁶ a sada gube na važnosti. Pojedinaac mora donositi odluke i odgovorno se ponašati. Budući da čovjekom uglavnom "ne upravljaju instinkti", a tradicija mu "ne propisuje što mora činiti", on je često u stanju da "ne zna što mu je činiti". I tada se prilagođuje drugima i čini ono što drugi čine (konformizam) ili pak čini samo ono što mu drugi određuju (totalitarizam).

Egzistencijalna praznina proširena je u svim društvima – i u zemljama kapitalizma i u zemljama socijalizma. A lijek joj je u nalaženju smisla života. Franklova logoterapija pruža tri načina kako se izvući iz toga "egzistencijalnog vakuuma" i naći smisao života. I to na tri kolosijeka: ostvarujući neko djelo (stvaralaštvo), doživljavajući neku vrijednost te po načinu odnosa prema patnji koja pruža čovjeku posljednju prigodu "ostvariti najveću vrijednost: ispuniti najdublji smisao trpljenjem",²⁷ koje više nije patnja kad se nađe smisao žrtve. Frankl je svoju teoriju logoterapije proživio u teškim logorskim uvjetima. I uvjerio se kako su teške ratne i zatvorske prilike nadživjeli samo oni koji su se nečemu nadali ili pak imali pred očima neke zadatke i smisao. "Šansu da prežive imali su uglavnom oni", piše Frankl, "koji su bili psihički upravljani na budućnost, na neku zadaću koju u budućnosti trebaju ispuniti, na smisao iščekivanog ostvarenja, ili na osobu koja ih je s ljubavlju čekala."²⁸ Oni pak bez takva cilja ili svrhe bili su bez unutarnjeg oslonca i brzo bi se gubili. Stoga Frankl smatra da je vrlo važno "naučiti očajnike kako nije važno što mi od života očekujemo, nego što od nas očekuje život".²⁹ To je zapravo svojevrsan obrat razmišljanja, jer ne pita se više za smisao života, nego se prepušta životu neka nas svakoga trenutka pita, kako bismo davali odgovore. "Ne mozganjem i retorikom, nego djelovanjem i pravim ponašanjem".³⁰

MOTIVACIJA ZDRAVOGA POSTOJANJA

Poruka je logoterapije prema Franklovu učenju: "bezuovjetna vjera u bezuvjetnu smislenost života".³¹ Frankl je još kao mlad srednjoškolic intuitivno osjećao kako je smisao važan za čovjeka. Ovu mladenačku intuitivnu spoznaju potvrdio je kasnije i svojim životom, ali i primjenom testova i drugih psi-

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 14 (2005),
BR. 4-5 (78-79),
STR. 885-902

PULJIĆ, Ž.:
FRANKLOVA...

holoških metoda. Rezultati su pokazali kako je "svaki čovjek načelno sposoban naći smisao života", neovisno o tome koje je životne dobi, spola i karaktera, iz koje je sredine i koju naobrazbu ima. Frankl naučava kako su u čovjeku tri elementa koji ga čine prepoznatljivim od drugih živih bića: duhovnost, sloboda i odgovornost. Duhovnost je teško definirati. Pojmovno je neobjašnjiva u materijalnim terminima. Premda je čovjek pod utjecajem materijalnoga svijeta, duhovnost nije njegov proizvod, jer duh je različit od materije. Darom pak slobode on može birati način ponašanja. To onda znači kako nije unaprijed determiniran, a ni uvjetovan nekim vanjskim silama. No nije dovoljno biti slobodan pri izboru. Valja biti i odgovoran. Frankl stoga savjetuje neka se danas "živi tako kao da će se i sutra živjeti". Duhovnost, dakle, sloboda i odgovornost³² trajne su pratilje čovjeka u hodu. One su medicina njegovu zdravlju. I velika pomoć u prolaznosti ovoga svijeta. Ako se čovjek njima razborito služi, njegovo životno djelo neće biti zanijekano. Pa i onda kad mu se čini kako stvaranje i uobličavanje nije završeno. Ponekad su najljepše "nedovršene simfonije".³³

No, neovisno o tome jesu li životne simfonije 'završene' ili ne, temeljna motivacija, koja po Franklovu učenju pokreće ljude, jest "volja za smislom". Ona je vrlo moćna i zasjenjuje sve druge ljudske potrebe i motive. Nužna je čovjeku da preživi – i u rubnim situacijama (u logoru Auschwitzu, npr.), i u svakodnevicu. Bez smisla i cilja, naime, teško je naći razloge za život. Osmišljenje je individualno i razlikuje se od osobe do osobe, od trenutka do trenutka. No ciljevi i svrha života realni su kao što su pojedincu realni i životni zadaci. Oni zapravo oblikuju našu sudbinu. Stanja pak pred kojima se nalazimo, okolnosti u kojima pokušavamo ispuniti svoje ciljeve, nikad se ne ponavljaju. Zato se čovjek ne može naći dvaput u istoj situaciji. Budući da su ciljevi i sudbine jedincati, svaki pojedinac mora naći osobni način odgovora. Stoga, suočeni s različitim okolnostima, ljudi nalaze i različite odgovore. Negdje će se "oblikovanje sudbine" ostvariti radom i stvaralaštvom, drugdje pak prihvaćanjem kobi sudbine, tj. čovjek će morati uzeti svoj križ i nositi ga. Svaka nova situacija, dakle, traži i novi odgovor.

Ipak, usprkos toj raznolikosti, a gledajući na ono što daje smisao životu, Frankl ističe kako postoji samo jedan odgovor za svaku konkretnu situaciju. Stoga je glavni zadatak, ali i problem logoterapije kako otkriti smisao koji je tu, koji postoji, no koji se, nažalost, može i promašiti ili pak proigrati. A sve zbog "jedinstvenosti i neponovljivosti ljudske egzistencije".³⁴ Zato Frankl piše "ako se želi dovesti bolesnika do najveće moguće koncentriranosti njegova života, trebamo mu samo pokazati

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 14 (2005),
BR. 4-5 (78-79),
STR. 885-902

PULJIĆ, Ž.:
FRANKLOVA...

kako život svakog čovjeka ima jedinstven cilj prema kojem vodi jedan jedini put. Čovjek na njemu nalikuje zrakoplovcu koga u noćnoj magli u letu naslijepo sprovode u zračnu luku. Samo zacrtani put vodi pilota do njegova cilja. Tako i svaki čovjek ima u svim životnim situacijama zacrtan jedan jedinstven i neponovljiv put po kojem može doći do ostvarenja vlastitih mogućnosti".³⁵

Tražiti smisao izazovan je zadatak koji u nama ponekad stvara stanovitu napetost bez koje nema života. I normalno je što postoji napetost između onoga što ljudi jesu i onoga što bi trebali biti; između onoga što smo postigli i što bismo trebali postići. Taj raskorak (jaz) pokazuje zdravu osobu kako stremlji prema cilju koji joj daje smisao života i vodi prema većoj zrelosti. Ako toga nema, nastupa egzistencijalna praznina, kad se čovjek osjeća dosadno, bezvoljno i besciljno. Nema svrhe i značenja, pa ne osjeća ni želju da nastavi živjeti. To pak ne znači kako je život općenito besmislen. Smisao života ne može se spoznati na temelju sive svakidašnjice, nego iz vrhunskih doživljaja, kao što se ljepota planinskih vrhunaca ne može pravo doživjeti i opisivati iz doline, nego s planinskih vrhova. Frankl vjeruje kako čak i jedan osmišljeni doživljaj može pružiti osmišljenje čitavom životu. Pritom nije važna količina koliko kakvoća doživljaja. I ne samo to. On naglašava kako ljudska egzistencija može naći cilj i smisao u krajnjim okolnostima, do krajnjega trenutka vlastite egzistencije. Dok je svjestan, čovjek je obvezan da ostvaruje vrednote, tj. da živi, stvara, bira, ljubi i trpi, eda bi nadišao sebe i ostvario smisao što ga vodi prema stanju "samotranscendencije", koja je – po Franklovu mišljenju – najviši stupanj čovjekova postojanja.

NARAV I OBILJEŽJE SAMOTRASCENDENCIJE

Pojmom samotranscendencije, koji je Frankl uveo u logoterapiju davne 1949., htio je potvrditi osnovnu antropološku činjenicu kako "biti čovjek znači uvijek biti nekamo usmjeren, biti upravljen na nešto ili nekoga drugoga: na smisao koji valja ispuniti ili na susret s drugim čovjekom, na neki razlog koji treba udovoljiti ili na voljenu osobu".³⁶ Volja za smislom, smatra on, nije samo istinski odraz čovjekove humanosti nego i pouzdano mjerilo duševnoga zdravlja. Ona ima "vrijednost opstanka", koju je lekciju Frankl naučio u tri godine logorskoga života, te došao do zaključka kako su najviše izgleda da prežive u logoru imali oni "koji su bili upravljeni na budućnost, na neki zadatak ili osobu koja ih je negdje čekala, na smisao koji bi takvo što ispunilo u budućnosti".³⁷ No smisao i svrha bili su samo nužan uvjet za opstanak, ne i dovoljan. Milijuni, naime, ljudi morali su umrijeti, usprkos svojoj viziji smisla i svrhe. Vjerovanje im nije moglo spasiti živote, ali dalo im je snage da smrt dočekaju visoko uzdignute glave.³⁸

Frankl smatra kako naša najjača motivacija nije tražiti sebe, nego smisao izvan sebe; a to uključuje "zaboraviti" na sebe, izdići se iznad sebe, nadići svoje ja te biti usmjeren na nekoga ili na nešto izvan nas. Ovu kvalitetu samotranscendencije on uspoređuje sa sposobnosti ljudskog oka koje je kadro vidjeti izvan sebe, ali ne sebe, osim u ogledalu. Njegov je vidokrug samotranscendencija.³⁹ I da bi normalno funkcioniralo, oko mora imati nešto izvan sebe. Ono je, dakle, po svojoj funkciji samotranscendentno. Ovakva teorija u sukobu je s onima koji naglašavaju kako je glavni cilj ljudske motivacije potpunjenje, samoostvarenje (autorealizacija). Kad bi samoostvarenje bio glavni cilj i motiv života, čovjek bi upao u "zatvoreni sustav" te ne bi imao pozitivne interakcije s ljudima i vanjskim svijetom. Iskustvo zadovoljstva samo pod vidom samoostvarenja pokazuje kako ga čovjek ima sve manje što se više napreže da ga postigne. Život, naime, koji je upravljen samo prema sreći nema sreće. Jer, što više usmjerujemo svoju pozornost prema njoj kao jedinom cilju, to sve više gubimo "razloge da budemo sretni". Zadovoljstvo i sreću, naime, ne možemo "loviti". Ono spontano dolazi, kao epifenomen, kao "nagrada" zbog nalaženja cilja i svrhe, ispunjenja životnoga smisla. Samotranscendencija se najbolje ostvaruje posvećenjem nekom djelu, nečemu izvan nas. Pojedinač pak, kad je orijentiran samo na sebe, obično nema svrhe, a ni volje tražiti smisao. Frankl to zorno uspoređuje s bumerangom, kojem nije cilj da se vrati osobi koja ga je lansirala. No bumerang se doista vraća samo kad promaši cilj. Slično se događa i s ljudima. I oni se "zatvaraju" u sebe kad izgube cilj i smisao života. A cilj je znati izići iz sebe, nadići se, orijentirati se prema nekom ili nečemu, ostvariti samotranscendenciju.

Samotranscendencija je svojstvo ljudske naravi. Kad bi se nju zanijekalo, uništilo bi se i samo postojanje. Ljudsko biće tada bi se svelo na puku stvar. Čovjek bi bio razosobljen, depersonaliziran, pretvoren u objekt. Stoga Frankl tvrdi "kad se porekne samotranscendencija i zatvore vrata pred smislom i vrijednostima, onda razloge i motive zamjenjuju procesi uvjetovanja. A 'skriveni uvjeravači' postavljaju uvjete i upravljaju čovjekom". Postvarenje (reifikacija) čovjeka otvara širom vrata svakoj vrsti manipulacije.⁴⁰ Logoterapeut u tom stanju ne može reći pacijentu što je smisao. Ali može mu barem pokazati kako u životu postoji smisao koji je svakomu dostupan te objasniti kako "život zadržava svoj smisao pod bilo kojim uvjetima i ostaje smislen do posljednjega trenutka, do posljednjeg daha".⁴¹ Stoga vjera u smisao ima golemu egzistencijalnu i terapeutsku vrijednost.

Logoterapija, kao tehnika liječenja i traženja smisla, ima vrlo koristan društveni zadatak. Ona vraća ljudima vjeru u život i u njima budi smisao za odgovornost. Svatko, naime, ima

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 14 (2005),
BR. 4-5 (78-79),
STR. 885-902

PULJIĆ, Ž.:
FRANKLOVA...

svoj poziv i životno poslanje. Logoterapija naučava kako u životu postoji objektivni i opći smisao. Ona ulijeva pojedincima svijest odgovornosti i potiče ih da pronalaze i otkrivaju vlastiti smisao. Onima pak koji se tuže kako ne vide i ne znaju cilja svom životu Frankl poručuje: "Zato ga morate tražiti; to je vaš životni zadatak!"⁴² No logoterapija se u svom radu ne služi "logičkim dokazivanjem ili moralnim nagovaranjem". Ulogu logoterapeuta Frankl uspoređuje s ulogom okulista, a ne slikara. Jer dok nam "slikar pokušava pružiti sliku svijeta kako ga on vidi, oftalmolog nas nastoji osposobiti da vidimo svijet kakav on doista jest".⁴³ U tom smislu logoterapeut ne nameće neke svoje sudove ili istine. Istina se nameće sama. On samo proširuje pacijentovo vidno polje kako bi bio svjesniji, a njegov vidokrug vrijednosti i smisla vidljiviji.

I što je čovjek svjesniji svoga stanja, to je spremniji slobodno birati vlastiti tijek djelovanja i osobno odgovarati za svoje ponašanje. On je slobodno i odgovorno biće. Stoga Frankl ne priznaje nikakav determinizam koji bi izvana upravljao čovjekovom sudbinom. Otkrivši smisao života, kojim slobodno i svjesno upravlja, čovjek je sposoban nadići sebe i otkrivati vrednote života, a u tome ga vodi savjest, koja je njegov "organ smisla".⁴⁴

UMJESTO ZAKLJUČKA

Što još reći o Viktoru Franklu? Njegova psihološka i filozofska razmatranja vrlo su zanimljiva i rado se čitaju. Obilno se služi mišljenjima, spoznajama i otkrićima drugih autora. Od njih uzima ono najbolje što se uklapa u njegov način razmišljanja. Ne zataškava suprotnosti među pojedinim psihološkim pravcima i psihoterapijskim metodama. No ne prihvaća isključivost. "Dokle god nam apsolutna istina nije dostupna, moramo se zadovoljiti time da relativna istina korigira jedna drugu".⁴⁵ Zato poštuje druge pravce, iznosi slobodno svoje zamjerke i kritičke primjedbe. Ali stvara i nove putove i metode. Konstruktivno i stvaralački suočava se sa svim životnim problemima. Nije mu tuđa ni jedna tema. S lakoćom piše o životu, radu, zaposlenju, zvanju, bolesti, trpljenju, smrti, smislu i nadsmislu, ograničenjima i o mogućnostima, vjeri i nevjeri, moralu i njegovoj krizi. Dobro je obaviješten i solidno pripravljen. Ne samo u filozofiji i medicini koje je promovirao nego i u drugim granama prirodnih i društvenih znanosti, u etici i psihijatriji, terapiji i psihologiji. A iz njegovih knjiga, članaka i predavanja zrači nepokolebiv optimizam i nada. Osjeća se kako voli čovjeka i bori se za njegovu slobodu i dostojanstvo. Snošljiv je prema drugima i drugačijima. Poglavitito cijenjuje vjeru i doprinos religija u razvoju i u samotranscendenciji čovjeka. Njegova logoterapija nešto je novo u suvreme-

BILJEŠKE

nim psihološkim strujanjima. Ona nije samo tehnika nego i umijeće,⁴⁶ kojim se uspješno pomaže ljudima da nađu smisao. I to na tri načina: stvarajući neko djelo, doživljavajući neku vrijednost i trpeći. Uvijek pod motom "bezuovjetne vjere u bezuvjetan smisao života".⁴⁷

¹ Prijevod knjige na hrvatskom, *Liječnik i duša*, objavljen je u izdanju Kršćanske sadašnjosti, Zagreb 1990.

² Knjiga je objavljena na hrvatskom pod naslovom *Zašto se niste ubili? – uvod u logoterapiju*, u biblioteci "Oko 3 ujutro", Zagreb 1978.

³ Knjiga je objavljena na hrvatskom pod naslovom *Bog podsvijesti – psihoterapija i religija*, u biblioteci "Oko 3 ujutro", Zagreb 1980.

⁴ Isti tekst preveden je na talijanski: *Logoterapia. Medicina dell'anima*, Gribaudi, Milano 2001.

⁵ Donosimo ovdje godinu, mjesta i učilišta na kojima je postao počasnim doktorom: 1972. Rockford College (Illinois); 1984. Mount Mary College (Wisconsin), sveučilište Rio Grande do Sul (Brasil), sveučilište Andres Bello (Caracas), sveučilište u Južnoj Africi; 1985. sveučilište u Buenos Airesu i Francisco Marroquin u Guatemali; 1986. Bečko sveučilište te na četiri sveučilišta u Argentini: Università Nazionale di Cuyo, Università Nazionale di Entre Rios, Università Nazionale di San Luis i Università di Aconcagua; 1988. sveučilište u Haifi (Izrael); 1989. Međunarodna akademija za filozofiju u Lihtenštajnu i sveučilište u Kopenhagenu; 1990. sveučilište u Pretoriji (Južna Afrika); 1991. sveučilište Gabriela Mistral u Santiagu (Chile) i sveučilište Santa Clara (Kalifornija); 1992. ljubljansko sveučilište; 1994. sveučilište u Pragu (Češka), u Lublinu (Poljska) i u Salzburgu; 1996. sveučilište Semmelweis u Budimpešti; 1997. sveučilište Ohio State University u Columbusu. Frankl je uz to 1995. postao počasnim građaninom Beča, a 1997. nagrađen je ordenom Republike Austrije te društva austrijskih liječnika. Poljska liječnička komora pak dodijelila mu je zlatnu medalju, 'Medicus Magnus', za izvrsna djela humanosti.

⁶ Na hrvatski je prevedeno nekoliko Franklovih knjiga: *Zašto se niste ubili? – uvod u logoterapiju* (Zagreb, "Oko 3 ujutro", 1978.); *Bog podsvijesti – psihoterapija i religija* (Zagreb, "Oko 3 ujutro", 1980.); *Nečujan vapaj za smislom* (Zagreb, Naprijed, 1981.); *Liječnik i duša* (Zagreb, KS, 1990.). Informativni studijski članak o Franklu napisao je dr. Živan Bezić. U: *Crkva u svijetu*, 4 (1979.), str. 324-337.

⁷ Viktor Frankl, *Zašto se niste ubili? – uvod u logoterapiju*, Zagreb, "Oko 3 ujutro" 1978., str. 98: "Nije bilo moguće spasiti rukopis moje prve knjige, koju sam stigavši u Oswiecim sakrio u kaputu. Tako sam se morao pomiriti i preboljeti gubitak svoga duhovnog djeteta."

⁸ Usp. Frank T. Severin, *Discovering man in psychology, a humanistic approach*, McGraw Hill 1973., str. 134: "U logoru sam morao prevladati gubitak svoga duhovnog djeteta (rukopis) i suočiti se s pitanjem hoće li taj gubitak učiniti besmislenim moj život... Ako bi život ovisio o tome, rekao sam samom sebi, hoće li se ili neće objaviti jedan rukopis, onda on ne bi bio vrijedan. Čovjek je pozvan birati između apsurda i smisla".

⁹ Viktor Frankl, *Zašto se niste ubili?*, o. c., str. 98.

¹⁰ Ibid., str. 31.

¹¹ Usp. Frank T. Severin, *Discovering man in...*, o. c., str. 135.

¹² Viktor Frankl, *Man's search for meaning*, New York, Shuster, 1962., str. IX.

¹³ Usp. Viktor Frankl, *Senso e valori per l'esistenza. La risposta della logoterapia*, Roma 1998., str. 31.

¹⁴ Usp. Viktor Frankl, *Nečujan vapaj za smislom*, Zagreb, Naprijed, 1981., str. 33: "Stoga i shvaćam temeljnu antropološku činjenicu da biti čovjek znači uvijek biti nekamo usmjeren, biti upravljen na nešto ili nekog drugog: na smisao koji valja ispuniti, ili na susret s drugim čovjekom, na neki razlog koji treba udovoljiti ili na voljenu osobu".

¹⁵ Usp. Viktor Frankl, *Liječnik i duša*, Zagreb, KS, 1990., str. 12.

¹⁶ Viktor Frankl, *Zašto se niste ubili?*, o. c., str. 101: "Čovjek neprestano vrši izbor između gomile prisutnih mogućnosti... I svakog se časa mora odlučivati na dobro ili na zlo: i to će biti spomenik njegove egzistencije".

¹⁷ Ibid., str. 101.

¹⁸ Usp. Viktor Frankl, *Zašto se niste ubili?*, o. c., str. 88. A tvrdnju kako je čovjekova težnja za smislom primarna sila u njegovu životu Frankl potkrepljuje istraživanjem među studentima na Sveučilištu Hopkins, gdje je od 7948 studenata njih 78% odgovorilo kako im je najvažnije "naći smisao života" (ibid., str. 88). Usp. također: Raymond F. Gale, *Who are You? – the Psychology of Being Yourself*, Prentice-Hall, 1974., str. 34: "Viktor Frankl piše kako se smisao života mijenja, ali nikada ne prestaje postojati. Stoga je smisao 'osnovna motivacijska snaga'".

¹⁹ Ibid., str. 94.

²⁰ Usp. Viktor Frankl, *Senso e valori per l'esistenza...*, o. c., str. 30. Nasuprot Freudu i Adleru, koji su isticali "volju za užitkom" (Freud) i "volju za moći" (Adler), Frankl razvija teoriju o "volji za smislom", koju on pokušava definirati kao "korjenitu težnju čovjeka da nađe i ostvari cilj i smisao života" (ibid., str. 50).

²¹ Viktor Frankl, *Zašto se niste ubili?*, o. c., str. 101.

²² Usp. Viktor Frankl, *Nečujan vapaj za smislom*, o. c., str. 53: "Ljudsko biće nije stvar među drugim stvarima. Stvari određuju jedna drugu. Međutim čovjek sam sebe određuje. Ili, bolje, on odlučuje hoće li ili neće sam sebi dopustiti da uđe u neke granice, da bude pod utjecajem bilo poriva i nagona koji ga guraju, bilo razloga i smisla koji ga vuku u životu".

²³ Usp. Viktor Frankl, *Zašto se niste ubili?*, o. c. str. 89: "Ja mislim da smisao svoje egzistencije mi ne izmišljamo, nego ga naprotiv otkrivamo".

²⁴ Usp. Viktor Frankl, *Senso e valori per l'esistenza...*, o. c., str. 38.

²⁵ Usp. Viktor Frankl, *Der Wille zum Sinn*, Huber, Bern 1978., str. 248.

²⁶ Usp. Viktor Frankl, *Zašto se niste ubili?*, o. c., str. 92.

²⁷ Ibid., str. 96.

²⁸ Ibid., str. 11.

²⁹ Ibid., 74: "Živjeti na kraju krajeva znači: biti odgovoran za davanje pravih odgovora na životna pitanja, za ispunjavanje zadataka što ih od svakog pojedinca život traži, za ispunjavanje zahtjeva svakog časa".

³⁰ Ibid., 74.

³¹ Usp. Viktor Frankl, *Nečujan vapaj za smislom*, o. c., str. 38.

³² Usp. Viktor Frankl, *Liječnik i duša*, o. c., str. 68: "Odgovornost je ono na što smo 'pozvani', a čemu se ne želimo odazvati. Time već mudrost jezika nagoviješta da u čovjeku mora postojati nešto poput suprotnih sila, koje ga nastoje odvratiti da preuzme odgovornost u sađenu u njegovo biće. I zaista ima u odgovornosti nešto bezdano".

³³ Usp. Viktor Frankl, *The Doctor and the Soul*, New York, Knopf 1965., str. 66: "Ponekad su najljepše nedovršene simfonije".

³⁴ Usp. Viktor Frankl, *Liječnik i duša*, o. c., str. 94: "Jer zadaća se mijenja ne samo od čovjeka do čovjeka nego i iz sata u sat prema neponovljivosti svake situacije. Propusti li priliku, ona je nepovratno izgubljena, a situacijska vrednota ostaje zauvijek neostvarena – čovjek ju je proigrao".

³⁵ Ibid., str. 95.

³⁶ Usp. Viktor Frankl, *Nečujan vapaj za smislom*, o. c., str. 33.

³⁷ Ibid., str. 32.

³⁸ Kad se Frankl našao u prigodi otvaranja "Frankl Library and Memorabilia" na Teološkom učilištu u Berkeleyu u Kaliforniji, kustosima je poklonio grumen zemlje i pepela iz Auschwitza te tom prigodom rekao: "Ovo je spomen na one koji su ondje živjeli kao heroji i umrli kao mučenici" (ibid., str. 33).

³⁹ Ibid., str. 34.

⁴⁰ Ibid., str. 51: Frankl u tom kontekstu donosi Skinnerove riječi: "Prave uzroke ljudskog ponašanja, koji su inače nepristupačni, možemo pretvoriti u uzroke kojima se može manipulirati, samo u slučaju da nezavisnog čovjeka lišimo njegovih prava".

⁴¹ Ibid., str. 39: "Smisao je dostupan svakom pojedincu, bez obzira na spol i godine starosti, kvocijent inteligencije ili stupanj obrazovanosti, bez obzira na okolinu u kojoj živi ili na vrstu karaktera, bez obzira na to je li dotična osoba vjernik ili nije, a ako jest bez obzira na to kojoj vjeri pripadala".

⁴² Usp. Viktor Frankl, *The Doctor and the Soul*, o. c., str. 44.

⁴³ Usp. Viktor Frankl, *Zašto se niste ubili?*, o. c., str. 95.

⁴⁴ Usp. Viktor Frankl, *Liječnik i duša*, o. c., str. 78: "Savjest spada u specifično ljudske fenomene. Mogla bi se definirati kao intuitivna sposobnost naslućivanja jedinstvenog i neponovljivog smisla koji je skriven u svakoj situaciji. Jednom riječju, savjest je organ smisla".

⁴⁵ Ibid., str. 10-11.

⁴⁶ Ibid., str. 9.

⁴⁷ Usp. Viktor Frankl, *Nečujan vapaj za smislom*, o. c., str. 38: "Bit onoga što sam vam želio priopćiti jest tajna bezuvjetnog smisla života, što znači da se smisao može naći čak i u patnji i u smrti." U časopisu *The American Journal of Psychiatry* objavljena je ova rečenica: "Poruka dra Frankla jest bezuvjetna vjera u bezuvjetan smisao".

LITERATURA

- Collins, G. R. (1980.), *The Rebuilding of Psychology – an Integration of Psychology and Christianity*, Tyndale House Publishers (Illinois).
- Fabry, J. B. (1970.), *Introduzione alla logoterapia*, Roma, Astrolabio.
- Fizzotti, E. (1974.), *La logoterapia di Frankl. Un antidoto alla disumanizzazione psicoanalitica*, Milano, Rizzoli.
- Fizzotti, E. (ur.) (1993.), *Teoria e pratica della logoterapia*, Roma, LAS.
- Fizzotti, E. (1996.), Frankl e la ricerca del significato della vita. U: E. Fizzotti, *Verso una psicologia della religione. I. Problemi e protagonisti*, Leumann, Elle di Ci (str. 203-226).
- Fizzotti, E. (1998.), *Sulle tracce del senso. Percorsi logoterapeutici*, LAS, Roma.
- Frankl, V. (1974.), *Psicoterapia nella pratica medica*, Firenze, Giunti-Barbèra.
- Frankl, V. (1977.), *The Unheard Cry for Meaning*, New York, Washington Square Press.
- Frankl, V. (1977.), *Logoterapia e analisi esistenziale*, Brescia, Morcelliana.
- Frankl, V. (1978.), *Teoria e terapia delle nevrosi*. Brescia, Morcelliana.
- Frankl, V. (1978.), *Zašto se niste ubili? – uvod u logoterapiju*, Zagreb, Oko 3 ujutro.
- Frankl, V. (1980.), *Bog podsvijesti – psihoterapija i religija*, Zagreb, Oko 3 ujutro.
- Frankl, V. (1981.), *Nečujan vapaj za smislom*, Zagreb, Naprijed.
- Frankl, V. (1985.), *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*, New York, Washington Square Press.
- Frankl, V. (1986.), *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*, Vintage Books.
- Frankl, V. (1988.), *Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*, New York, Meridian.
- Frankl, V. (1990.), *Liječnik i duša*, Zagreb, Kršćanska sadašnjost.
- Frankl, V. (1990.), *Psicoterapia e umanismo*, Roma, Città Nuova.
- Frankl, V. (1992.), *La sofferenza di una vita senza senso. Psicoterapia per l'uomo d'oggi*, Leumann.
- Frankl, V. (1995.), *F. Kreuzer, In principio era il senso. Dalla psicoanalisi alla logoterapia*, Brescia, Queriniana.
- Frankl, V. (1997.), *La vita come compito. Appunti autobiografici*, Torino, SEI.
- Frankl, V. (1998.), *Alla ricerca di un significato della vita. Per una psicoterapia riumanizzata*, Milano, Mursia.
- Frankl, V. (1998.), *Senso e valori per l'esistenza. La risposta della logoterapia*, Roma, Città Nuova Editrice.
- Frankl, V. (1999.), *Uno psicologo nel lager*, Milano, Edizioni Ares.
- Frankl, V. (2000.), *Dio nell'inconscio*, Brescia, Morcelliana.
- Frankl, V. (2000.), *Le radici della logoterapia. Scritti giovanili 1923-1942*, LAS, Roma.

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 14 (2005),
BR. 4-5 (78-79),
STR. 885-902

PULJIĆ, Ž.:
FRANKLOVA...

- Frankl, V. (2001.), *Logoterapia – medicina dell'anima*, Gribaudi, Milano.
- Gale, R. (1974.), *Who are You? The Psychology of Being Yourself*, New Jersey, Prentice-Hall.
- Schultz, D. (1977.), *Growth Psychology, models of the healthy personality*, New York, D. van Nostrand Co.
- Severin, T. F. (1973.), *Discovering man in psychology, a humanistic approach*, McGraw Hill.

Frankl's Logotherapy – Curing with Meaning

Želimir PULJIĆ
Dubrovnik

One hundred years ago, psychiatrist Viktor Emil Frankl, the founder of logotherapy, was born in Vienna. In the war "holocaust" (1942-1945) he lost his family-members and the experience of suffering made him stronger in his belief that the meaning of life is more powerful than anything. He created the system of logotherapy which deals with the "meaning of existence" and the therapeutic technique of finding that meaning, while the theory itself was expressed in three concepts: free will, will for meaning and the meaning of life. The main cause of numerous contemporary diseases, according to Frankl, is in the lack of purpose and meaning of life which cause the spiritual unrest of "aimlessness", "pointlessness" and "emptiness" (noogene neuroses). Logotherapy teaches that there is an objective and general meaning that restores people's belief in life and awakens their sense of responsibility. Due to the fact that humans are free and responsible beings, Frankl does not accept any determinism which would rule over their destiny. Human beings are responsible for their own happiness and capable of discovering the values of life, led by their conscience, which is their "organ of meaning". Frankl uses opinions, knowledge and discoveries of other authors abundantly, and his psychological and philosophical considerations are interesting and popular with readers. He does not cover up differences among particular psychological movements and psychotherapeutic methods. Frankl respects other movements, criticises freely and does not accept exclusiveness. He is well-informed and substantially prepared. Not only in philosophy and medicine, which he promoted, but also in other fields of natural and social sciences, in ethics and psychiatry, therapy and psychology. From his books, articles and lectures a steadfast optimism and hope radiate. Logotherapy is not just a technique but also a skill for successfully helping people to find meaning – in three ways: in the act of creation, while experiencing some value and by suffering.

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 14 (2005),
BR. 4-5 (78-79),
STR. 885-902

PULJIĆ, Ž.:
FRANKLOVA...

Frankls Logotherapie – Heilen durch Sinn

Želimir PULJIĆ
Dubrovnik

Vor hundert Jahren, wurde in Wien der Psychiater und Begründer der Logotherapie Viktor E. Frankl geboren. In der Zeit des Holocausts (1942-1945) verlor er seine gesamte Familie, doch die Erfahrung des Leides bestärkte ihn in seiner Überzeugung, dass der Sinn des Lebens stärker als alles andere sei. Er schuf das System der Logotherapie, das sich dem "Existenzsinn" sowie therapeutischen Techniken zur Entdeckung dieses Sinnes widmet. Seine Theorie konzentriert sich im Wesentlichen um drei Begriffe: freier Wille, Wille zum Sinn und Lebenssinn. Die Hauptursache zahlreicher Erkrankungen des modernen Menschen liege, so Frankl, im Fehlen eines Lebenssinnes und -zweckes, und dieser Zustand rufe das Empfinden von "Ziellosigkeit", "Sinnlosigkeit" und "Leere" (noogene Neurosen) hervor. Die Logotherapie lehrt, dass es im Leben einen objektiven und allgemeinen Sinn gibt, der dem Menschen hilft, zu seinem Glauben an das Leben zurückzufinden und darin den Sinn für Verantwortung wiederzuerwecken. Da der Mensch ein freies und zur Verantwortung berufenes Wesen sei, streitet Frankl jeglichen Determinismus, der angeblich das Schicksal des Menschen leite, entschieden ab. Der Mensch ist seines Glückes Schmied und dazu befähigt, die Werte des Lebens aufzuspüren und sich hierbei von seinem Gewissen, seinem "Organ für Sinnentdeckung" leiten zu lassen. Frankl bedient sich ausgiebig der Überlegungen, Entdeckungen und Erkenntnisse anderer Autoren; seine psychologischen und philosophischen Betrachtungen sind eine interessante und begehrte Lektüre. Frankl verneint nicht, dass es zwischen den einzelnen psychologischen Ausrichtungen und psychiatrischen Methoden große Gegensätze gibt. Anders orientierten Anschauungen begegnet er mit Respekt, bringt kritische Anmerkungen an und hält nichts von ausschließlich formulierten Meinungen. Er ist stets gut informiert und vorbereitet. Dies gilt nicht nur für die Bereiche der Philosophie und Medizin, in denen er promovierte, sondern auch für andere natur- und gesellschaftswissenschaftliche Disziplinen, für Ethik und Psychiatrie, für Psychologie und therapeutische Praxis. In seinen Büchern, Artikeln und Vorlesungen sind unbeugsamer Optimismus und Hoffnung stets gegenwärtig. Die Logotherapie ist daher nicht nur eine therapeutische Methode, sondern eine Kunst, die dem Menschen hilft, in seinem Leben Sinn zu entdecken. Dies geschieht auf dreierlei Weise: Indem er etwas vollbringt, die Sinnhaftigkeit eines Wertes erlebt oder aber Leid erfährt.