

Alfred Skorupka

Politechnika Śląska
Wydział Inżynierii Materiałowej
Katedra Inżynierii Produkcji
e-mail: alfskor@onet.pl

Filozoficzne spojrzenie na logoterapię Viktora E. Frankla. Wstęp do badań

STRESZCZENIE

Artykuł ten stanowi omówienie głównych tez logoterapii – metody psychoterapii, którą sformułował austriacki psychiatra Viktor E. Frankl (1905–1997) oraz jej ocenę z punktu widzenia filozofii. Autor stwierdza, że najcenniejszym przesłaniem logoterapii jest uczenie człowieka walki z cierpieniem.

Słowa kluczowe: Viktor E. Frankl, logoterapia, Max Scheler, Martin Buber, tragiczny optymizm.

O ile prawie każdy wykształcony człowiek słyszał coś o Freudzie lub Jungu, o tyle niewiele osób (przynajmniej w naszym kraju)¹ wie cokolwiek o logoterapii (od gr. *logos* znaczącego m.in. „sens”) austriackiego psychiatry Viktora Emila Frankla. A szkoda, ponieważ uważam, że jest to bardzo interesująca metoda psychoterapii, której autor podejmuje też liczne zagadnienia filozoficzne. Z tego powodu, że z racji swojego wykształcenia jestem przede wszystkim filozofem, lecz także – w mniejszym stopniu – psychologiem, postanowiłem w tym artykule spopularyzować trochę główne idee Frankla i spojrzeć na nie z punktu widzenia filozofii.

Zacznijmy od życiorysu tego uczonego²

Viktor E. Frankl (1905–1997) był profesorem neurologii i psychiatrii Uniwersytetu Wiedeńskiego, twórcą trzeciej wiedeńskiej szkoły psychoterapii (po psychoanalizie Freuda i psychologii indywidualnej Adlera). Przez 25 lat kierował Wiedeńską Polikliniką Neurologii,

¹ Ostatnimi czasy ta sytuacja nieznajomości Frankla w naszym kraju ulega jednak zmianie. W Polsce wydano wiele jego książek, a psychoterapię Frankla rozwija u nas prof. Kazimierz Popielski i jego zespół; w licznych gabinetach stosuje się metody logoterapii, a w 2019 r. powołano Polskie Towarzystwo Logoterapii i Noo-psychosomatyki.

² *O autorze [w:] V.E. Frankl, Człowiek w poszukiwaniu sensu*, tłum. A. Wolnicka, Wydawnictwo „Czarna Owca”, Warszawa 2009, s. 224.

a jako profesor wizytujący wykładał na Harvardzie, jak również na innych uniwersytetach amerykańskich. Był też doktorem filozofii. Podczas II wojny światowej przez trzy lata był więźniem m.in. Auschwitz i Dachau.

Wstrząsające przeżycia obozów koncentracyjnych miały zapewne fundamentalne znaczenie dla ukształtowania się osobowości i poglądów austriackiego psychiatry. Warto przypomnieć, że również było kilku znaczących Polaków, którzy mimo doświadczenia hitlerowskich obozów zagłady zachowali tam godność i dali później świadectwo moralności i wiedzy, jak choćby Pani Profesor Wanda Póltawska, Profesor Władysław Bartoszewski czy szeroko znany – św. Maksymilian Kolbe. W. Póltawska pisze:

„Spróbuję to opisać, choć właściwie nie wiem, czy jest to możliwe. Wydaje mi się, że nie znajduję odpowiednich słów – tego nie może zrozumieć nikt, kto sam nie przeżył, kto nie był «nami»”³.

Z kolei Frankl stwierdza, że w obozie koncentracyjnym z ludzi czyniono przedmioty – obiekty obserwacji medyczno-eksperymentalnych! W obozie koncentracyjnym nie nienawidzono ludzi nawet tak, jak się nienawidzi robactwa, które się również tępi i truje... Nie nienawidzono ludzi, nawet nie chciano ich karać, jak się chce karać na przykład przestępców... zbrodniczych ludzi. Tu raczej wymazywano ostatnie resztki osobowości⁴. Pisze więc:

„My znamy już człowieka; poznaliśmy go lepiej niż którekolwiek pokolenia przed nami. Wiemy, do czego człowiek jest zdolny. Wiemy, że to człowiek jest istotą, która wynalazła komory gazowe, ale także tą istotą, która sama do tych komór wkraczała – jako męczennik. W człowieku utajone są możliwości zarówno w jednym, jak i w drugim kierunku; która z nich się urzeczywistni, decyduje on sam”⁵.

Po wojnie, w ciągu 40 lat Frankl wygłosił niezliczoną ilość wykładów podczas wielu podróży po świecie. Był doktorem *honoris causa* dwudziestu dziewięciu uniwersytetów, zapraszany przez wyższe uczelnie całego świata. Był też laureatem licznych nagród, m. in. im. Oskara Pfistera przyznawanej przez Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne oraz honorowym członkiem Austriackiej Akademii Nauk. Frankl jest autorem 32 książek, które przetłumaczono na 34 języki.

Przejdźmy już do poglądów naszego uczonego

Czytamy, że spełniamy sens bytu ludzkiego, wypełniamy nasz byt ludzki sensem zawsze dzięki temu, że urzeczywistniamy wartości. Można to czynić w trojaki sposób: pierwszym sposobem urzeczywistniania wartości jest działanie, jakieś kształtowanie świata; druga możliwość polega na przeżywaniu świata, wchłanianiu, przyswajaniu sobie piękna i prawdy bytu; trzecia wreszcie możliwość urzeczywistniania wartości – to cierpienie, znoszenie losu, bytu⁶.

³ W. Póltawska, *I boję się snów*, Edycja św. Pawła, Częstochowa 2009, s. 11.

⁴ V.E. Frankl, *Homo patiens*, tłum., R. Czernecki, W. Morawski, Instytut Wydawniczy „Pax”, Warszawa 1971, s. 27.

⁵ Ibidem, 61.

⁶ Ibidem, s. 69.

Poszukiwanie sensu stanowi podstawową motywację w życiu człowieka, a nie jedynie „wtórną racjonalizację” instynktownych popędów. Sens ów jest unikatowy i wyjątkowy, ponieważ człowiek sam jeden tylko może i musi go wypełnić; jedynie w ten sposób zrealizowana zostanie jego wola sensu⁷.

Frustracja egzystencjalna może być przyczyną nerwicy. W tym przypadku logoterapia posługuje się terminem „nerwica noogenna”, w odróżnieniu od nerwicy w tradycyjnym znaczeniu tego słowa, to znaczy nerwicy o podłożu psychogennym. Nerwice noogenne mają swe źródło nie w psychologicznym, lecz właśnie „noologicznym” wymiarze ludzkiej egzystencji (w języku greckim *noos* oznacza „umysł”, „rozum”)⁸.

Istotą logoterapii jest nauczenie człowieka właściwej postawy wobec cierpienia. Czytamy, że byt ludzki jest ostatecznie cierpieniem i istotnym przeznaczeniem człowieka jest – cierpieć: być *homo patiens*⁹ oraz że chodzi nam – i to w stopniu nie najmniejszym i nie na końcu – o przywrócenie człowiekowi zdolności do znoszenia cierpienia¹⁰. Jednakże cierpienie duchowe jako takie nie jest czymś chorobliwym, ale czymś ludzkim, w pewnym sensie nawet czymś najbardziej ludzkim, co w ogóle istnieje¹¹. Cierpienie może być więc – po pierwsze – jakimś dokonaniem. Ale cierpieć, cierpieć rzeczywiście i prawdziwie, oznacza nie tylko czegoś dokonać, ale i rosnąć. Cierpiąc, znosząc cierpienie – zarazem rosnę wewnątrznie, wzrasta we mnie siła moralna¹².

Frankl pisze, że istnieje cierpienie sensowne i bezsensowne; dalej cierpienie konieczne i niepotrzebne. Musimy przy tym pamiętać, że rzeczywistym, prawdziwym cierpieniem, jedynym, które umożliwia urzeczywistnianie wartości związanych z postawą, może być tylko prawdziwe cierpienie rodzące się z autentycznego losu. Innymi słowy, możliwość realizowania wartości rozumianych jako wartości związane z postawą istnieje tylko wtedy, gdy zachodzi nieuchronna konieczność losowa. A zatem urzeczywistnianie wartości związanych z postawą jest właściwie realizowaniem sensu, jaki może mieć nie dające się uniknąć cierpienie. Eskapistą uchyla się od nieuchronnego cierpienia, a masochista szuka cierpienia niepotrzebnego. Eskapizm to czułośćkowość, przesadna nadwrażliwość na ból, masochizm zaś to cierpiętnictwo¹³.

To, w jaki sposób człowiek akceptuje swoje przeznaczenie i cierpienie, jakie ono z sobą niesie – czytamy dalej – to, w jaki sposób bierze na barki swój krzyż, może być dla niego – nawet w najtrudniejszych chwilach – wyjątkową okazją do pogłębienia sensu własnego życia. Może bowiem wbrew wszystkiemu zachować odwagę i bezinteresowność albo walcząc zaciekle o przetrwanie, zapomnieć o swojej ludzkiej godności i zniżyć się do poziomu zwierzęcia. Człowiek może zatem wykorzystać szansę, jaką daje mu życie, i wzrastać moralnie na przekór temu, co się z nim dzieje, ale może ją też odrzucić. Jego decyzja świadczy zaś o tym, czy jest godzien swojego cierpienia, czy nie¹⁴.

⁷ V.E. Frankl, *Człowiek w poszukiwaniu sensu...*, s. 151. Zob. też: V.E. Frankl, *Lekarz i dusza: wprowadzenie do logoterapii i analizy egzystencjalnej*, przeł. R. Skrzypczak, Wydawnictwo „Czarna Owca”, Warszawa 2017.

⁸ Ibidem, s. 153–154.

⁹ V.E. Frankl, *Homo patiens...*, s. 78.

¹⁰ Ibidem, s. 25.

¹¹ Ibidem, 13.

¹² Ibidem, 75.

¹³ Ibidem, s. 84–85.

¹⁴ V.E. Frankl, *Człowiek w poszukiwaniu...*, s. 111.

Ostatecznie „mówienie życiu tak na przekór wszystkiemu”, aby posłużyć się myślą zawartą w tytule jednej z moich niemieckich książek – pisze Frankl – zakłada, że życie zachowuje swój potencjalny sens w każdych okolicznościach, a nawet tych najbardziej nieznośnych¹⁵. Frankl uczy więc nas umiejętności znoszenia cierpienia, ale to nie jest całe przesłanie logoterapii, ponieważ psychoterapia austriackiego uczonego jest uzdrawianiem przez sens – czyli przywracaniem sensu życia. Logoterapia opiera się na trzech koncepcjach: wolnej woli, woli sensu życia i sensie życia, a dążenie do znalezienia w życiu sensu uważa się za najważniejszą siłę motywacyjną¹⁶.

Powyższe rozumienie cierpienia w logoterapii chciałbym zestawić z rozumieniem cierpienia w buddyzmie. Mianowicie, Budda nauczał *Czterech Szlachetnych Prawd o Cierpieniu*. Pierwsza z tych prawd mówi, że całe życie człowieka jest cierpieniem. Druga wyjaśnia, że przyczyną cierpienia są żądze. Trzecia głosi, że istnieje pewien stan „świętości” – tj. *nirwany* – dostępny człowiekowi w ziemskim życiu, który stanowi zniweczenie cierpienia. Wreszcie czwarta naucza o drodze do zniweczenia cierpienia, którą stanowi głównie medytacja i moralność.

Przy całym szacunku i podziwie, jaki mam dla Buddy, wydaje mi się jednak, że Frankl trafniej od niego uchwycił znaczenie cierpienia w ludzkim życiu. A jest tak dlatego, że koncepcja nirwany głosi, iż można zlikwidować cierpienie w życiu człowieka, co jednak wydaje mi się mało realne. Kiedy bowiem spojrzymy na życie wielu wybitnych osób, a także „świętych” z różnych religii – okazuje się, że prawie każda z nich doświadczyła, tak jak każdy z nas, wiele cierpienia w swym życiu. Sam Budda spotykał się z pogardą wielu ludzi, nie mówiąc już o tym, co spotkało Jezusa. Święty Jan od Krzyża – najwybitniejszy mistyk Kościoła katolickiego – został uwięziony przez zakonników za próbę reformy zakonu karmelitańskiego i gdyby nie to, że uciekł z więzienia, kto wie, czy nie spędziłby tam reszty swojego życia. Do św. Jana Pawła II strzelano, jak również jego działania i poglądy spotykały się z ostrą krytyką z wielu stron, co na pewno nie było dla niego „przyjemne”. Te przykłady można by mnożyć niemal w nieskończoność. Dlatego nie sposób wymienić osoby, która nie doświadczyłaby cierpienia w swoim życiu, nawet mimo to, że była bardzo moralna i bogata duchowo. Stąd przesłanie logoterapii nie obiecuje zniweczenia cierpienia (jak Budda), ale właściwe podejścia do niego. Skoro jest ono nieodłącznym elementem ludzkiego życia, powinniśmy umieć z nim walczyć, zachowując postawę twórczą i empatyczną wbrew przeciwnościom życiowym.

Byłoby jednak nadużyciem, gdybyśmy myśleli, że Frankl koncentruje się tylko na cierpieniu i nie ma w jego książkach mowy o optymizmie; można przecież przeczytać:

„W pierwszej kolejności zadajmy sobie pytanie, co właściwie należy rozumieć przez «tragiczny optymizm». Mówiąc najprościej, chodzi o to, że człowiek jest i pozostaje optymistą na przekór «tragicznej trójcy», jak nazywa ją logoterapia, trójcy, na którą składają się aspekty ludzkiej egzystencji wyznaczone przez: (1) ból, (2) winę i (3) śmierć. [...] stąd też mowa o tragicznym optymizmie, to jest optymizmie w obliczu tragedii oraz w kontekście ludzkiego potencjału, który w swym najpełniejszym wymiarze jest w stanie: (1) zmienić cierpienie w sukces i osiągnięcie człowieka, (2) w winie odnaleźć szansę przemiany na lepsze oraz (3) w przejściowości życia dostrzec motywację do odpowiedzialnych działań”¹⁷.

¹⁵ Ibidem, s. 201.

¹⁶ Por. V.E. Frankl, *Wola sensu: założenia i zastosowania logoterapii*, przeł. A. Wolnicka, Wydawnictwo „Czarna Owca”, Warszawa 2010.

¹⁷ V.E. Frankl, *Człowiek w poszukiwaniu...*, s. 201–202.

Karol Bunsch powiedział: „Gdyby cierpienie uszlachetniało, byłoby cnotą je zadawać”¹⁸. W świetle logoterpii nie do końca ten aforyzm jest prawdziwy. Z jednej strony Frankl naucza, że nie wolno nam na siłę szukać cierpienia, bo to jest masochizm, czyli zachowanie patologiczne, wynikające z niewłaściwego ukształtowania osobowości. Z drugiej strony, kiedy jednak pojawia się cierpienie w naszym życiu (a prędzej czy później się pojawi) nie powinniśmy „chować głowy w piasek”, lecz niejako „odważnie wyjść mu naprzeciw” – a wtedy ono nas uszlachetni.

Frankl pisze, że można by pokusić się o stwierdzenie, że na świecie istnieją dwie rasy ludzi, lecz tylko w tym jednym sensie: „rasa” ludzi przyzwoitych oraz „rasa” tych, którzy nie wiedzą, czym jest przyzwoitość. Wszędzie można spotkać przedstawicieli obu tych „ras”, przeniknęli bowiem do każdej grupy społecznej. Żadna z nich nie składa się wyłącznie z ludzi przyzwoitych albo nieprzyzwoitych. Pod tym też względem żadna grupa nie jest „czysta rasowo”, dlatego też nawet wśród obozowych strażników można było od czasu do czasu spotkać przyzwoitego człowieka¹⁹.

Głównym sposobem, jaki zaleca austriacki psychiatra na odnalezienie sensu w życiu – jest otwarcie się na miłość. W swoich wspomnieniach z obozu w Auschwitz pisze:

„Tymczasem moje myśli krążyły wokół obrazu żony, który wciąż miałem przed oczyma. W pewnej chwili przyszło mi coś do głowy: przecież nawet nie wiedziałem, czy ona nadal żyje. Wiedziałem jednak coś innego – coś, w co do tej pory głęboko wierzę: miłość nie ogranicza się do fizycznej powłoki ukochanej osoby. Prawdziwą głębię odnajduje się, dopiero wnikając w jej duchowe jestestwo, jej wewnętrzne «ja». Wówczas to, czy osoba ta jest przy nas obecna, czy nie, czy żyje, czy jest martwa, przestaje mieć jakiegokolwiek znaczenie”²⁰.

U Frankla czytamy także, że miłość to jedyna droga, aby w pełni ogarnąć pełnię jestestwa drugiego człowieka. Nikt nie zdoła całkowicie uświadomić sobie istoty swego bliźniego, o ile go nie pokocha. Dzięki miłości jesteśmy bowiem zdolni dostrzec zasadnicze cechy ukochanej osoby, więcej – uświadamiamy sobie cały jej potencjał, który jeszcze nie jest, lecz powinien zostać urzeczywistniony²¹.

Logoterapia nie uważa miłości za epifenomen impulsów oraz popędów seksualnych rozumiany jako tak zwana sublimacja. Miłość jest zjawiskiem równie pierwotnym, jak seks. Seks jest zazwyczaj sposobem wyrażania miłości. Jest on usprawiedliwiony, a nawet uświęcony o tyle, o ile – i tylko wtedy – jest narzędziem miłości. Miłość nie jest zatem rozumiana jako zwykły efekt uboczny seksu, lecz to raczej seks jest sposobem wyrażania tego wyjątkowego doświadczenia najwyższej formy bliskości z drugim człowiekiem, jaką jest miłość²².

Takie przedstawienie miłości jest charakterystyczne dla wielu wybitnych myślicieli, zarówno świeckich, jak i religijnych. Jednak – mówiąc szczerze – gdy rozejrzemy się dokładnie wokół siebie, a także spojrzemy na własne życie – to niewielu z nas będzie mogło przyznać, iż wie, czym jest prawdziwa miłość. O miłości łatwo jest pisać, ale niewątpliwie

¹⁸ *Księga aforyzmów*, wybór i oprac. J. Illg, Wydawnictwo „Videograf II”, Katowice 2002, s. 252.

¹⁹ V.E. Frankl, *Człowiek w poszukiwaniu...*, s. 137.

²⁰ *Ibidem*, s. 70–71.

²¹ *Ibidem*, s. 167–168.

²² *Ibidem*, s. 168.

mało kto jej doświadczył. „Szukanie drugiej połówki” ma podłoże biologiczne (popędowe), lecz nie często na tym fundamencie rozwija się „prawdziwe”, tzw. „wyższe” uczucie. Dlatego uważam, że pewnym brakiem koncepcji austriackiego psychiatry jest niewskazywanie ludziom, jak tę miłość do drugiej osoby, czy do ludzkości, mają w sobie kształtować. Od wieków przyjęło się w naszej cywilizacji nauczać o miłości, ale jak ją zdobyć, utrzymać i rozwijać – tego już prawie nikt nie wie. I może dlatego mamy tyle zawodów miłosnych oraz rozwodów, mimo iż wcześniej ludzie deklarowali, że bardzo się kochają.

W każdym razie wśród XX-wiecznych filozofów najwięcej o miłości pisał Max Scheler i jego pojęcie tego uczucia, zdaje mi się być bliskie intuicjom Frankla. Dlatego zacytuję w tym miejscu słowa tego fenomenologa:

„Miłość jest ruchem, w którym każdy konkretny indywidualny przedmiot noszący wartości dochodzi do możliwych dla niego i zgodnie z jego idealnym przeznaczeniem najwyższych wartości; albo w którym osiąga on swoją idealną istotę wziętą w aspekcie wartości, która jest dla niego swoista. Nienawiść natomiast jest ruchem przeciwnym. Nie wnikamy przy tym w to, czy chodzi tutaj o miłość własną, czy o miłość do kogoś innego, jak też we wszystkie inne możliwe różnice”²³.

Austriacki psychiatra stwierdza, że człowiek jest istotą duchową, jest on w swej istocie duchowy. Duchowość jest jednak właśnie tym, co psychologizm redukuje. Psychologizm uważa człowieka z jego problematyką duchową za chorego. Jego zmagania o duchową treść życia, jego walka o nadanie sensu bytowi ludzkiemu nigdy nie są dla niego tym, czym są w rzeczywistości: czymś po prostu najbardziej ludzkim, co wyróżnia człowieka jako takiego, ale zawsze raczej za coś nadto ludzkiego, za pochodną kompleksu Edypa, poczucia mniejszej wartości itp.²⁴ Wszystko, co ludzkie, jest uwarunkowane. Jednakże to, co istotnie ludzkie, jest sobą tylko o tyle, o ile wznosi się ponad własne uwarunkowanie i o ile je przewyższa, o ile je „transcenduje”. Człowiek jest więc człowiekiem tylko o tyle, o ile – jako istota duchowa – jest czymś wyższym niż sam jego byt cielesny i psychologiczny²⁵.

Czytamy też, że zasada przyjemności nie jest zasadą psychologiczną, ale patologiczną: o ile ona kiedyś w ogóle ma jakieś znaczenie, to nie w normalnym, lecz w patologicznym życiu psychicznym. Bo pierwotnie w normalnych warunkach człowiekowi nie chodzi nigdy li tylko o samą przyjemność, ale zawsze o jakiś sens. Przyjemność pojawia się każdorazowo sama, a mianowicie wraz z osiągnięciem celu; przyjemność jest skutkiem, ale nie jest celem samym w sobie. Przyjemność musi z czegoś wynikać, nie można jej jednak założyć jako celu dla siebie²⁶.

W ten sposób nasz uczoney niejako polemizuje z Epikurem i utylitarystami, którzy głosili, że celem życia jest przyjemność. Jednak dobrze wiemy, że Epikur mówił o przyjemnościach naturalnych i nienaturalnych oraz koniecznych i niekoniecznych, a za najwyższe uważał przyjemności rozumowe. Taki pogląd jest zapewne bliski Franklowi, ponieważ głoszenie przez niego odnalezienia sensu życia w miłości jest bez wątpienia taką „wyższą przyjemnością”. Austriacki psychiatra po prostu chce jedynie przestrzec człowieka, aby ten nie szukał istoty bytu w samych przyjemnościach zmysłowych.

²³ M. Scheler, *Istota i formy sympatii*, tłum. A. Węgrzecki, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1980, s. 250.

²⁴ V. E. Frankl, *Homo patiens...*, s. 18.

²⁵ Ibidem, s. 45.

²⁶ Ibidem, s. 31.

Frankl pisze, że w zależności od tego, do jakiej reszty rzeczywistość się redukuje, względnie z jakiej się ją wyprowadza, można wyróżnić trzy główne rodzaje lub odmiany nihilizmu. Jeśli mianowicie dokona się redukcji bytu do rzeczywistości fizycznej, nihilizm występuje w postaci fizjologizmu, podczas gdy w przypadku redukcji do rzeczywistości psychicznej – w postaci psychologizmu, a w wypadku redukcji do rzeczywistości socjologicznej – w postaci socjologizmu²⁷.

Przez redukowanie w ten sposób wszystkiego, wszystko ulega relatywizacji, z jednym tylko wyjątkiem: „-izmy” te absolutyzują same siebie.²⁸

Jak więc widać, niebezpieczeństwo nie polega na tym, że naukowcy się specjalizują, lecz na tym, że specjaliści generalizują swe specjalizacje²⁹.

Te uwagi, aby naukowcy nie generalizowali swoich specjalności – wydają mi się cenne, ale w praktyce trudne do przestrzegania. Każdy bowiem wykształcony człowiek jest kompetentny w określonej dziedzinie, w której odbył studia i trudno, aby – niczym Arystoteles – znał się na każdej dyscyplinie naukowej. Raczej jest tak, że każda osoba ocenia świat i ludzi poprzez pryzmat własnego wykształcenia, a co za tym idzie – chcąc nie chcąc – generalizuje posiadaną przez siebie wiedzę. Należy się tego wystrzegać; dobrze by było, aby biologzy zabierali głos tylko w biologii, psychologzy tylko w psychologii a socjologzy tylko w socjologii. W praktyce społecznej jednak do wielu problemów trzeba podchodzić „interdyscyplinarnie” – czyli na taki sposób filozoficzny – co nie każdy potrafi.

W pismach Frankla znajdujemy też dużo rozważań o Bogu³⁰ i człowieku. Czytamy, że człowiek nigdy nie „jest” człowiekiem, ale dopiero się nim „staje”; człowiek nie jest tym, który mógłby o sobie powiedzieć: „Jestem, który jestem”, natomiast może on o sobie powiedzieć tylko: „Jestem, który będę” albo „Będę, który jestem” – „będę” *actu* (zgodnie z rzeczywistością), który „jestem” *potentia* (zgodnie z możliwością).

Tylko Bóg mógłby o sobie powiedzieć: „Jestem, który jestem”, tylko On mógłby się tak nazwać. Albowiem Bóg jest *actus purus*, jest zaktualizowaną potencją, urzeczywistnioną możliwością. U Boga zachodzi kongruencja tego, co istnieje (*Dasein*), z tym, co istnieć powinno (*Sosein*), egzystencji z esencją. Natomiast u człowieka zawsze przeciwstawiają się sobie z jednej strony byt, a z drugiej strony możliwość i powinność. Ta rozbieżność, dystans między bytem a istotą, cechuje całe ludzkie życie³¹.

Rzeczy mają więc wartość względną – jakkolwiek inaczej niż sądzi relatywizm; są one relatywne i zależne, ale od tego, co jest bezwzględne: układem odniesienia dla wartości jest Bóg. Z tego wynika, że Bóg nie może być tylko pewną wielkością moralną jakiegoś porządku – nawet nie wielkością nieskończoną – a jest raczej samym porządkiem wielkości. Bóg nie mieści się w żadnym wymiarze, dlatego właśnie że jest wymiernością wszystkiego, co etyczne³².

W innym miejscu austriacki psychiatra pisze, że do Boga można się zbliżyć tylko dialogicznie, jak to ukazuje Martin Buber, a także Ferdinand Ebner. Według nich akt duchowy jest zawsze wzajemny, człowiek jest zawsze przyporządkowany do pewnego „ty”; już z psychologii rozwojowej i dziecięcej wiadomo, że słowo „ty” poprzedza słowo „ja”. A zatem rozmowa

²⁷ Ibidem, s. 9.

²⁸ Ibidem, s. 10.

²⁹ Ibidem, s. 140.

³⁰ Por. V.E. Frankl, *Bóg ukryty: w poszukiwaniu ostatecznego sensu*, przeł. A. Wolnicka, Wydawnictwo „Czarna Owca”, Warszawa 2012.

³¹ V.E. Frankl, *Homo patiens...*, s. 64.

³² Ibidem, s. 97.

z samym sobą jest czymś z pogranicza i czymś wyjątkowym – pierwotnym i istotnym jako dialog. I właśnie wtedy, gdy nie ma nikogo, z kim człowiek rozmawia, właśnie wtedy, gdy mówiąc „ty”, mówi pozornie w pustkę, w nicość, wtedy właśnie mówi do wiecznego „Ty”; wiecznego, bo – choć nieświadomie – zawsze już do niego zagadywał, a także był przezeń zawsze zgadywany. Albowiem pierwsze słowo, które mówimy do „ty”, zawsze już jest odpowiedzią³³.

Jednak – cokolwiek byśmy mówili o Bogu, Bogu niewysłowionym – trzeba tu uzupełnić słówkiem *quasi*, mówić w cudzysłowie³⁴.

Wszystkie wypowiedzi dotyczące Boga mają znaczenie tylko *per analogiam*. Odnosi się to także do wypowiedzi dotyczących jego osobowości: jest On *quasi*-osobowy, bo jest nadosobą. To samo dotyczy Jego właściwości: Bóg jest dobry, jest z pewnością „samym dobrem”, ale dobrem tym zarazem jest, jak i nie jest, albowiem jest On – dla nas – dokładnie „samym dobrem” albo miłością, tak jak dla rośliny może być w odpowiednim czasie i słońcem, i deszczem, albo dla zwierzęcia – pokarmem, norą i gniazdem...³⁵

Ponadto Frankl pisze, iż wiara nie powinna być sztywna, lecz mocna. Skostniała wiara fanatyzuje – mocna wiara skłania do tolerancji. Kto nie ma mocnej wiary, ten obiema rękami chwyta się sztywnego dogmatu; natomiast ten, kto mocno trwa w wierze, ma ręce wolne i podaje je drugim, z którymi egzystencjalnie się łączy³⁶.

Widzimy więc, że nasz uczony inspirował się w swych poglądach filozofią dialogu Martina Bubera. Jak pisał ten żydowsko-niemiecki myśliciel:

„Świat ma dwojakie oblicze dla człowieka, tak jak dwojaka może być ludzka postawa.

Postawa człowieka jest dwojaka, tak jak dwojaki są podstawowe słowa, które może on wypowiadać.

Podstawowe słowa nie są pojedynczymi słowami, lecz parami słów.

Jednym podstawowym słowem jest para słów Ja–Ty.

Drugim jest para słów Ja–Ono, przy czym, bez naruszenia słowa podstawowego, Ono może być zastąpione przez On lub Ona.

Tym samym dwojaki jest także Ja człowieka.

Bowiem Ja podstawowego słowa Ja–Ty jest inne niż ja podstawowego słowa Ja–Ono. [...]

Podstawowe słowo Ja–Ty można powiedzieć tylko całą istotą.

Podstawowego słowa Ja–Ono nigdy nie można powiedzieć całą istotą”³⁷.

Takie podejście odpowiada też Franklowi.

U twórcy logoterapii czytamy:

„Zapewne człowiek faktycznie czasami nie jest wolny; fakultatywnie jednak jest i pozostaje wolny. Albowiem wtedy, kiedy nawet wydaje się, że człowiek nie jest wolny, to znaczy to jedynie, że – dobrowolnie – zrezygnował ze swej wolności. Jeśli człowiek nie posiada już wolności, to znaczy, że sam się jej

³³ Ibidem, s. 110.

³⁴ Ibidem, s. 115.

³⁵ Ibidem, s. 117.

³⁶ Ibidem, s. 123.

³⁷ M. Buber, *Ja i Ty. Wybór pism filozoficznych*, tłum. J. Doktor, Instytut Wydawniczy „Pax”, Warszawa 1992, s. 39.

wyrzekł. Tam, gdzie człowiek wiedziony jest popędem, tam «pozwala się mu ponosić». Człowiek może się oddać swym popędom, ale samo to oddanie się im jest sprawą jego odpowiedzialności. W każdym razie także wtedy człowiek zachowuje wolność; ale używa on tej wolności nie po to, żeby być wolnym, lecz po to, żeby stać się zależnym»³⁸.

„Moją wolność od bytu określonego poznaję w samouświadomieniu, moją wolność w stosunku do stawania się innym pojmuję w samookreśleniu. Samouświadomienie dokonuje się zgodnie z delfickim nakazem: «Poznaj samego siebie»; samookreślenie odbywa się zgodnie z powiedzeniem Pindara: «Stań się tym, kim jesteś!»»³⁹.

Frankl wyraźnie więc podkreśla wolność człowieka. Jakby zapomniał, że w wielu sytuacjach człowiek jest „uwarunkowany” i ma niewielką możliwość podjęcia „wolnej” decyzji. I tak określa i determinuje nas nasza biologia, okres historyczny, w którym żyjemy, kultura i cywilizacja, sytuacja polityczna, środowisko rodzinne, wiedza, którą zdobyliśmy, a także ludzie, których w swoim życiu spotykamy. Wszystko to powoduje, że tych sytuacji, w których rzeczywiście możemy podejmować „wolne decyzje”, jest bardzo niewiele. Zdaje się, że dotyczą one głównie świata naszych myśli; to tutaj możemy zajmować np. nonkonformistyczne stanowiska wobec innych ludzi czy wydarzeń, podczas gdy w życiu społecznym rzadko mamy większy wpływ na kształt swojego bytowania.

Te niedłgie rozważania poglądów austriackiego psychiatry zakończę przepięknym, moim zdaniem, cytatem z jego książki:

„Mam nadzieję, że wskazałem Państwu drogę, na której da się utrzymać jedność człowieka, mimo pluralizmu nauk. Jednakże musimy uświadomić sobie nie tylko jedność człowieka, lecz również jedność ludzkości. Przed wiekami ludzkość znalazła drogę do monoteizmu. Wydaje mi się, że nadszedł czas, aby uczynić krok następny i uzupełnić monoteizm przez monoantropizm, *sit venia verbo*, aby wiarę w jednego Boga uzupełnić wiedzą o jednej ludzkości, a wobec jej jedności zbledną wszystkie kolory partii i kolory skóry»⁴⁰.

Podsumowując, uważam, że jednym z najcenniejszych przesłań logoterapii Frankla jest nauka mówiąca o umiejętności znoszenia cierpienia; o odważnej walce z nim, a nie „uciekaniu przed nim”, wypieraniu go, zaprzeczaniu czy popadaniu z jego powodu w depresję lub choroby psychiczne. Tymczasem wielu współczesnych ludzi najchętniej wykreśliłoby słowo „cierpienie” ze słownika, gdyż zarówno świadomie, jak i nieświadomie pragniemy tylko, aby nasze życie było „lekkie, łatwe i przyjemne”. Niestety, cierpienie jest nieodłącznym aspektem bytu ludzkiego i prędzej czy później (a często nawet w najbardziej niesprzyjającym momencie) ono do nas przychodzi. Trzeba więc wyjść mu naprzeciw – poucza Frankl – pokonać je, a wtedy ono nas „uszlachetni”. I jest to też niewątpliwie teoria optymistyczna:

„Człowiek którego poszukiwania sensu zostaną zwieńczone sukcesem, nie tylko staje się szczęśliwy, ale także zdobywa umiejętność radzenia sobie z cierpieniem»⁴¹.

³⁸ V.E. Frankl, *Homo patiens...*, s. 268.

³⁹ Ibidem, s. 273.

⁴⁰ Ibidem, s. 150.

⁴¹ V.E. Frankl, *Człowiek w poszukiwaniu...*, s. 203.

Bibliografia

- Buber M., *Ja i ty. Wybór pism filozoficznych*, tłum. J. Doktor, Instytut Wydawniczy „Pax”, Warszawa 1992.
- Frankl V.E., *Bóg ukryty: w poszukiwaniu ostatecznego sensu*, tłum. A. Wolnicka, Wydawnictwo „Czarna Owca”, Warszawa 2012.
- Frankl V.E., *Człowiek w poszukiwaniu sensu*, tłum. A. Wolnicka, Wydawnictwo „Czarna Owca”, Warszawa 2009.
- Frankl V.E., *Homo patiens*, tłum. R. Czernecki, J. Morawski, Instytut Wydawniczy „Pax”, Warszawa 1971.
- Frankl V.E., *Lekarz i dusza: wprowadzenie do logoterapii i analizy egzystencjalnej*, tłum. R. Skrzypczak, Wydawnictwo „Czarna Owca”, Warszawa 2017.
- Frankl V.E., *Wola sensu: założenia i zastosowania logoterapii*, tłum. A. Wolnicka, Wydawnictwo „Czarna Owca”, Warszawa 2010.
- Księga aforyzmów*, wybór i oprac. J. Illg, Wydawnictwo Videograf II, Katowice 2002.
- O autorze [w:] V.E. Frankl: Człowiek w poszukiwaniu sensu*, tłum. A. Wolnicka, Wydawnictwo „Czarna Owca”, Warszawa 2009. s. 224.
- Półtawska W., *I boję się snów*, Edycja św. Pawła, Częstochowa 2009.
- Scheler M., *Istota i formy sympatii*, tłum. A. Węgrzecki, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1980.

SUMMARY

Alfred Skorupka

A Philosophical consideration of logotherapy developed by Viktor E. Frankl. An introduction to research

This article discusses the main theses of the method of psychotherapy called logotherapy, which was developed by the Austrian psychiatrist Viktor E. Frankl (1905-1997), and its assessment from the point of view of philosophy. The author states that the most valuable aspect of logotherapy is the fact that it teaches people how to fight suffering.

Key words: Viktor E. Frankl, logotherapy, Max Scheler, Martin Buber, tragic optimism.

Data wpływu artykułu: 27.07.2020 r.

Data akceptacji artykułu: 16.09.2020 r.