ISBN 80-8081-010-9

Peter Tavel Zmysel života podľa V. E. Frankla

iris

Peter Tavel

Zmysel života podľa V. E. Frankla

iris

tavel_layout_3.indd 1 18. 12. 2004 10:17:34

Vydal PhDr. Milan Štefanko – Vydavateľstvo IRIS

© Ing. Mgr. Mgr. Peter Tavel, PhD. 2004

Cover design ©

ISBN 80-89018-81-5

OBSAH

Predslov ... 19

1. Otázka zmyslu života ... 21
Otázka zmyslu a vedecký pokrok ... 21
Otázka zmyslu u dnešného človeka ... 22
Otázka zmyslu v súčasnej filozofii ... 23
Otázka zmyslu života v súčasnej psychológii ... 25
Franklov prínos k otázke zmyslu života ... 26

2. Myšlienkový vývoj Frankla a vplyv iných osobností na jeho myslenie ... 27

3. Potreba zmyslu u človeka
Vzťah potreby zmyslu a pojmu *„Wille zum Sinn“* ... 31
Pojem potreba ... 32
Pojem potreba zmyslu ... 33
Iné súvisiace pojmy ... 34
Zhrnutie ... 34

3.1 Tézy o zmysle života ... 35
3.1.1 Vôľa ku zmyslu je snaha o zmysluplnosť existencie ... 35
Definícia pojmu a vzťah k iným teóriám ... 35
Zhrnutie ... 36
3.1.2 Zmysel je transcendentný ... 37
Transcendencia hodnoty voči aktu ... 37
Človek siaha po zmysle za seba samého ... 38
Transcendentnosť zmyslu overuje medzná životná situácia ... 38
V oddaní je človek sám sebou ... 39
Zhrnutie ... 40
3.1.3 Zmysel má byť hľadaný ... 40
Zmysel je niečo objektívne, nie subjektívne ... 40
Zmysel má byť hľadaný ... 41

Zmysel, ktorému človek nerozumie, odhaduje ... 42
Dávanie zmyslu vedie k moralizovaniu ... 43
Zhrnutie ... 44
3.1.4 Zmysel nie je vytvorený ... 45
Hľadanie zmyslu nie je subjektívne vytváranie ... 45
Zhrnutie ... 45
3.1.5 V hľadaní zmyslu vedie človeka svedomie ... 46
3.1.6 Svedomie je schopnosť odhaliť zmysel ... 46
Svedomie nabáda čeliť osudu ... 46
Vôľa ku zmyslu ľutuje zmeškané príležitosti ... 46
Svedomie je omylné ... 46
Vedomie omylnosti svedomia prináša toleranciu ... 47
Svedomie je potrebné pestovať ... 47
Zhrnutie ... 48
3.1.6 Otázku zmyslu kladie život, nie človek ... 49
Ide o to, čo život očakáva od človeka, nie naopak ... 49
Prebranie zodpovednosti je odpoveďou na zmysel života ... 50
V skepse o zmysle bytia je človek pevným bodom ... 50
Zhrnutie ... 50
3.1.7 Zmysel tiež možno nájsť v tom,
čo bolo alebo čo môže byť ... 51
Vrcholné okamihy môžu dať zmysel tomu, čo bolo ... 51
Človek je schopný nájsť zmysel v tom, čo môže byť ... 51
Zhrnutie ... 52
3.1.8 Zmysel je niečo konkrétne, jedinečné a neopakovateľné ... 52
Jedinečnosť osoby a situácie vytvára jedinečnú úlohu ... 52
Úloha človeka je stále konkrétna ... 52
Zmysluplnosť života je nezávislá od tradície a hodnôt ... 53
Zhrnutie ... 53
3.1.9 Zmysel je v žití pre cieľ ... 54
Zameranie na pevný bod v budúcnosti ... 54
Dlhodobý životný cieľ – osobné povolanie ... 55
Život pre niekoho alebo pre niečo ... 55
Radosť je zacielená na predmet ... 56
Zhrnutie ... 56
3.1.10 Vôľa ku zmyslu je motivovaná napätím
medzi realitou a ideálom ... 56

Napätie medzi ideálom a realitou je motiváciou
sebauskutočňovania ... 56
Napätie medzi ideálom a realitou
je uložené v podstate človeka ... 57
Napätie medzi ideálom a realitou je nevyhnutné
pre duševné zdravie ... 57
Dvojaký postoj k napätiu medzi realitou a ideálom ... 58
Zhrnutie ... 58
3.1.11 Zmysel je transsubjektívny ... 59
Subjektivita a relativita zmyslu ... 59
Transsubjektivita zmyslu ... 59
Vzťah zmyslu a hodnôt – uľahčenie a zároveň konflikt ... 60
Zhrnutie ... 60
3.1.12 Človek verí v zmysel, má vedomie, tušenie zmyslu ... 61
Každý človek verí v zmysel bez ohľadu na to,
či si to uvedomuje ... 61
Viera v zmysel je transcendentálna kategória ... 61
Vieru nemožno vynútiť ... 62
Viera v zmysel je nezávislá od náboženskej viery ... 62
Otázka náboženskej viery v otázke zmyslu ... 64
Zhrnutie ... 65
3.1.13 Všetko musí mať vyšší zmysel ... 66
Vo vyšší zmysel možno iba veriť ... 66
Logika existencie vyššieho zmyslu ... 66
Nepochopiteľnosť ultra-humánnej roviny ... 67
Účasť lásky na objavovaní ultra-humánneho ... 67
Viera vo vyšší zmysel má terapeutický účinok ... 67
Vyšší zmysel a náhoda ... 68
Zhrnutie ... 68
3.1.14 Život nemôže byť nikdy bez zmyslu ... 69
Vo všetkých situáciách je možné vidieť úlohu ... 69
Zúfalstvo súvisí s absolutizovaním relatívneho ... 70
Zhrnutie ... 71
3.1.15 Vedomie zmyslu dáva silu ... 72
Ťažký údel možno premeniť na vnútorný výkon ... 72
Ochabovanie pri ťažkostiach a pochybnostiach ... 73
Zhrnutie ... 73

3.1.16 Smrť človeka nespochybňuje zmysel jeho života ... 74
Konečnosť života mu dáva zmysel ... 74
Smrť robí život zmysluplným ... 75
Všetko, čo sa stalo, je uchované ... 75
Pominuteľné sú iba možnosti ... 75
Nepochopiteľnosť smrti ... 75
Zhrnutie ... 77
3.1.17 Úspech a slasť sú pre zmysel nepodstatné ... 77
Život možno naplniť i napriek neúspechu ... 77
Nepodstatnosť slasti v hľadaní zmyslu ... 77
Hľadanie zmyslu života v slasti je pomýlené ... 78
Zhrnutie ... 78
3.1.18 Absencia zmyslu vedie k pseudozmyslom ... 79
Šťastie prichádza s napĺňaním vôle ku zmyslu ... 79
Rozkoš nemá byť cieľom ... 79
Moc nemá byť cieľom ... 80
Pseudozmysly sa objavujú s frustráciou vôle ku zmyslu ... 80
Zhrnutie ... 80
3.1.19 Samovražda ako nesprávne riešenie v hľadaní zmyslu ... 80
Neoprávnenosť bilančnej samovraždy ... 80
Žiadna samovražda nie je oprávnená ... 81
Samovražda nerieši žiaden problém ... 82
Zhrnutie ... 82
3.1.20 Zmysel možno naplniť realizáciou tvorivej hodnoty ... 83
Zmysluplnosť výkonu je v zameraní na spoločenstvo ... 83
Zmysel práce spočíva vo vzťahu k spoločenstvu ... 83
Pocit nenaplnenosti z práce nezaviňuje práca, ale človek ... 83
Nezáleží na povolaní, ale na osobnom angažovaní ... 84
Zmysel je v konaní nad rámec povinnosti ... 84
Práci, ktorá je len prostriedok k cieľu, chýba zmysel ... 84
Nebezpečenstvo v nezamestnanosti ... 85
Možnosť naplniť život zmyslom nezávisle od práce ... 85
Možnosť zneužitia práce ... 85
Manažérska choroba ... 86
Zhrnutie ... 86
3.1.21 Zmysel možno naplniť realizáciou zážitkovej hodnoty ... 86

Realizácia zážitkovej hodnoty ... 86
Definícia lásky ... 87
Vplyv lásky na milujúceho ... 88
Láska je to najvyššie, prečo človek môže žiť ... 88
Láska sa v najväčšej hĺbke viaže na duchovnú bytosť milovanej osoby ... 89
Láska pomáha v nachádzaní zmyslu ... 89
Podstata lásky a zamilovanosť ... 90
Vzťah pudovosti a lásky ... 90
Kompenzácia absencie zmyslu sexom ... 91
Jedinečnosť a výhradnosť v láske ... 91
Zhrnutie ... 91
3.1.22 Zmysel sa dá naplniť realizáciou postojovej hodnoty ... 92
Tvorbe patrí priorita, utrpeniu vyššia hodnota ... 92
Ak má život zmysel, musí mať zmysel aj utrpenie ... 93
Starnutie nie je hrozba ... 93
Pocit beznádejnosti z neistoty budúcnosti ... 94
Nesprávny pocit bezcennosti ... 94
Utrpenie vytvára plodné napätie ... 94
Zmysel zármutku, ľútosti, núdze a utrpenia ... 95
Znášanie nezmeniteľného je výkon ... 96
Utrpenie je príležitosťou na naplnenie ... 96
Zvládanie utrpenia ... 97
Postoj lekára k utrpeniu ... 97
Zhrnutie ... 98

3.2 Lukasovej chápanie Frankla ... 98
3.2.1 Ústredná výpoveď Franklovej logoterapie ... 99
Sebatranscendencia človeka ... 99
Bez sebatranscendencie prichádza napätie ... 99
Sebatranscendencia prináša pokoj ... 99
Zmysel prítomného okamihu ... 100
Logoterapeutický prístup ... 100
Orientačný bod života ... 100
Postavenie logoterapie medzi psychoterapiami ... 101
3.2.2 Sloboda ... 101

Sloboda k niečomu ... 101
Sloboda a dnešná psychológia ... 102
Telo ako nástroj ducha ... 102
3.2.3 Optimizmus ... 102
Pesimizmus ... 102
Optimizmus ... 103
3.2.4 Biblioterapia ... 103

3.3 Štyri komponenty pociťovania zmyslu u Popielskeho ... 104

3.4 Längleho závery o zmysle života ... 105

3.5 Iné názory a výskumy ukazujúce na vôľu ku zmyslu ... 107
3.5.1 Výskum rozdielnosti v prežívaní zmyslu života ... 108

3.6 Problematika zmyslu života v psychologických teóriách ... 109
Jazyková analýza slova zmysel ... 110
Otázka zmyslu života v súčasnej psychológii ... 110
3.6.1 Prehľad teórií ... 111
3.6.1.1 Abraham Harold Maslow ... 111
3.6.1.2 Irvin D. Yalom ... 112
3.6.1.3 Relativistický prístup ... 113
3.6.1.4 Baumeisterova teória štyroch potrieb ... 113
3.6.1.5 Shapirov dvojfaktorový model životného zmyslu ... 114
3.6.1.6 Viacdimenzionálny model troch komponentov Rekera a Wonga ... 115
3.6.1.7 Prístupy čerpajúce z kognitívnej psychológie ... 116
Teória životnej schémy Thompsonovej a Janigiana ... 116
Zmysel ako usporiadaný proces hodnotenia Hermansa ... 116
Systém zmyslu života Dittman-Kohliovej ... 117
3.6.1.8 Zmysel života v teórii o metakognícii ... 117
3.6.1.9 Zmysel života v rámci psychológie svetového názoru ... 118
3.6.1.10 Teórie, ktoré nemajú zmysel života v centre pozornosti ... 119
3.6.2 Pojem „zmysel života“ v psychologických teóriách ... 120
3.6.3 Tézy o zmysle života zohľadňujúce súčasné teoretické prístupy ... 121

4. Ďalšia Franklova tematika súvisiaca s vôľou ku zmyslu ... 123

4.1 Franklova charakteristika človeka v dnešnej dobe ... 123
4.1.1 Súčasná doba ... 124
Súčasná doba nie je patologická ... 124
Životné tempo ... 124
Strach a úzkosť ... 125
4.1.2 Existenciálne vákuum ... 125
Existenciálna frustrácia ... 126
4.1.2.1 Výskumy dokazujúce existenciálne vákuum ... 126
4.1.2.2 Príčiny a následky existenciálneho vákua ... 128
4.1.2.2.1 Redukcionizmus ... 128
4.1.2.2.2 Strata inštinktu a tradície ... 129
4.1.2.2.3 Neuroticizmus ... 130
4.1.2.2.4 Prehnaná sebareflexia, sebainterpretácia a sebarealizácia ... 130
4.1.3 Charakteristika človeka s absenciou zmyslu ... 131
4.1.3.1 *Fatalistický postoj* ... 131
4.1.3.2 Provizórne bytie ... 132
4.1.3.3 Kolektivizmus ... 132
4.1.3.4 Fanatizmus ... 133

4.2 Franklovo chápanie osoby ... 133
4.2.1 Desať Franklových téz o osobe ... 134
4.2.2 Chápanie osoby v súčasnej filozofii ... 137
4.2.3 Chápanie osoby v súčasnej psychológii ... 138
4.2.4 Zhrnutie ... 139

4.3 Franklovo chápanie slobody a zodpovednosti ... 140
4.3.1 Sloboda ... 140
Znehodnotenie ja ... 140
Otázka slobody v extrémnych situáciách ... 140
Sloboda je príležitosť usporiadať svoj život zmysluplne ... 141
Rozhoduje vždy človek ... 141
Osobnosť jedinca je „nepredpovedateľná“ ... 141
4.3.2 Námietky proti slobode ... 142
Sloboda voči okoliu ... 142

Sociálna a ekonomická situácia ... 142
Sloboda voči charakteru a pudom ... 143
Sloboda a vlohy ... 143
Psychologická danosť ... 144
Naturalistický biologizmus a sociologizmus ... 145
4.3.3 Zodpovednosť ... 145
Človek je slobodný preto, aby bol zodpovedný ... 145
Dialektický vzťah slobody a osudu ... 145
Základná otázka zodpovednosti ... 146
Byť zodpovedným je ľudské ... 146
Paradoxnosť zodpovednosti ... 147
Zodpovednosť „pred kým?“ ... 147
Zodpovednosť za druhých a zmysel života ... 148
Rozdiel medzi byť zodpovedný a byť slobodný ... 148

5. Franklov pohľad na niektoré ochorenia a problémy ... 149

5.1 Systém ochorení ... 149
Kritériá rozdelenia ochorení ... 149
Tabuľka rozdelenia chorôb ... 149
Tri dimenzie choroby ... 150
5.1.1 Psychózy ... 150
5.1.1.1 Endogénna psychóza ... 150
Vzťah medzi účinkom a príčinou ... 150
Pátranie po zmysle ... 151
Objektivizácia chorobného diania ... 151
Subjektivizácia chorobného diania ... 151
5.1.1.2 Mániodepresivita ... 151
Obraz choroby ... 152
Terapia ... 152
5.1.1.3 Schizofrénia ... 153
Hebefrénia a katatónia ... 153
Paranoidná schizofrénia ... 153
Terapia ... 153
5.1.2 Psychosomatické ochorenia ... 154
Kritika americkej a nemeckej psychosomatiky ... 154
Zmysel utrpenia ... 154

5.1.3 Funkčné ochorenia ... 154
5.1.4 Reaktívne neurózy ... 155
5.1.4.1 Úzkostné neurotické vzorce ... 155
Terapia ... 155
5.1.4.2 Nutkavé neurotické vzorce ... 156
Terapia ... 156
5.1.4.3 Sexuálne neurotické vzorce ... 156
Sex iba ako prostriedok ... 157
Zrelá sexualita ... 157
5.1.4.4 Iatrogénne neurózy ... 157
5.1.5 Psychogénne neurózy ... 157
Námietky proti všeobecnému chápaniu neurózy ... 158
5.1.6 Noogénne neurózy ... 158
Lekár duchovným ... 158
Výskum výskytu noogénnych neuróz ... 159
5.1.7 Kolektívne neurózy ... 159
Štyri znaky kolektívnej neurózy ... 159
Nedeľná neuróza ... 159

5.2 Logoterapia ... 160
5.2.1 Logoterapia ako špecifická liečba ... 160
Tri piliere logoterapie ... 160
Logoterapia vedie k zmyslu ... 160
Ide o vlastnú zodpovednosť a hľadanie ... 161
Logoterapia rešpektuje ľudskú existenciu ... 161
Vzťah k iným terapiám ... 161
Záťaž jednostrannosti logoterapie ... 162
Logoterapia je proti nihilistickej indoktrinácii a cynickej motivácii ... 162
Indikačné oblasti logoterapie ... 162
5.2.2 Logoterapia ako nešpecifická liečba ... 163
Logoterapia ako doplnok psychoterapie a somatoterapie ... 163
Ďalšie indikácie logoterapie ... 164
5.2.2.1 Paradoxná intencia a dereflexia ... 164
5.2.2.2 Nespavosť ... 164
Terapia ... 164
5.2.2.3 Hypochondria a hystéria ... 165

Hypochondria ... 165
Hystéria ... 165
5.2.3 Lekárska starostlivosť o dušu ... 166
Najširšia indikačná oblasť logoterapie ... 166
Pomoc pri nachádzaní zmyslu v utrpení ... 166
Duchovná starostlivosť o dušu
nie je starostlivosť duchovná ... 167
Vzťah logoterapie a náboženstva ... 167

5.3 Rôzne ďalšie Frankove názory ... 168
5.3.1 Hypnóza ... 168
5.3.2 Narkoanalýza ... 168
5.3.3 Psychochirurgia ... 169
5.3.4 Eutanázia ... 169
5.3.5 Špiritizmus ... 170
5.3.6 Moderné umenie ... 170

6. Freud, Adler a Jung v súvislosti s Franklom ... 173

6.1 Franklov pohľad na Freuda, Adlera a Junga ... 173
Frankl vysvetľuje Freuda ... 173
Frankl vysvetľuje Adlera ... 173
Frankl vysvetľuje Junga ... 174
Frankl kritizuje psychoanalýzu ... 174

6.2 Zmysel života u Freuda, Adlera a Junga ... 176
6.2.1 Zmysel života u Freuda ... 176
6.2.2 Zmysel života u Adlera ... 176
Zmysel a vzťah človek – kozmos ... 176
Nesprávny cieľ ... 177
Človek je súčasťou evolučného prúdu ... 177
Iba život pre ľudstvo má hodnotu ... 177
Človek ako súčasť celku ... 177
Adlerov postoj ku zmyslu a náboženstvu ... 178
6.2.3 Zmysel života u Junga ... 178
Jung o Freudovom chápaní nevedomia ... 179
Pojem archetypu ... 179

Archetyp animy ... 179
Poznávanie zmyslu ... 180
Archetyp zmyslu ... 181
Zmysel v archetype múdreho starca ... 181
Zmysel svetu dáva človek ... 182
Zmysel a *„archetyp Selbst“* ... 182

7. Iné témy súvisiace s Franklom ... 183

7.1 Vzťah náboženskej viery a zmyslu života ... 183
7.1.1 Cieľ človeka podľa katolíckeho náboženstva ... 184
7.1.2 Desať téz o zmysle života z pohľadu katolíckej viery ... 185
7.1.3 Katolícky personalizmus ... 188
7.1.4 Vplyv náboženskej viery na zmysel života a zdravie ... 189
7.1.4.1 Problém pri výskumoch ... 189
Vnútorná a vonkajšia viera v psychológii ... 189
Vnútorná a vonkajšia viera v religionistike ... 190
Rozdiel medzi náboženstvom a vierou v religionistike ... 190
7.1.4.2 Výskumy o vplyve náboženskej viery
na zmysel života a zdravie ... 191
Vplyv viery na zmysel života ... 191
Vplyv viery na životnú spokojnosť ... 192
Vplyv viery na kvalitu života ... 192
Vplyv viery na zdravý životný štýl ... 192
Vplyv viery na zvládanie stresu ... 193
Vplyv viery na depresiu ... 194
Vplyv viery na vysoký krvný tlak
a na kardiovaskulárne ochorenia ... 194
Vplyv viery na biologickú imunitu ... 195
Vplyv viery na dĺžku života ... 195
7.1.5 Zhrnutie ... 195

7.2 Svedomie ... 196
7.2.1 Svedomie v staroveku ... 197
7.2.2 Svedomie v kresťanskej teológii ... 197
7.2.3 Svedomie v katolíckej teológii ... 198
7.2.4 Problémy súvisiace so svedomím ... 198

7.2.5 Iné pohľady na svedomie ... 199
7.2.6 Svedomie v súčasnej psychológii ... 199
7.2.7 Svedomie v psychoanalýze a u Freuda ... 200
7.2.8 Svedomie u Junga ... 203
7.2.9 Zhrnutie ... 204

7.3 Pojem lásky u iných autorov ... 204
7.3.1 Láska u Fromma ... 205
Teória lásky začína teóriou človeka ... 205
Láska je spojenie pri zachovaní celistvosti ... 205
Láska závisí od zrelosti ... 205
Umenie milovať ... 206
7.3.2 Psychoanalytické chápanie lásky ... 206
Eros a deštruktívny pud ... 206
Libido ... 206
Psychoanalytická definícia lásky ... 207
Láska poskytuje pudovú satisfakciu ... 207
Vzťah matky a dieťaťa ... 208
Výhrady ... 208
7.3.3 Psychologické koncepcie lásky ... 208
7.3.4 Druhy lásky ... 209
Empirické štúdium fenoménu lásky ... 209
Láska romantická a reaktívna podľa Wilea ... 209
Láska romantická a priateľská ... 210
Zamilovanosť a láska ... 211
Rodičovská láska ... 211
7.3.5 Triangulárna teória lásky ... 212
7.3.6 Altruizmus ... 212
7.3.7 Zhrnutie ... 213

8. Filozoficko-antropologické východiská Franklovej teórie ... 215

8.1 Arthur Schopenhauer ... 215
Schopenhauer Frankl ... 216

8.2 Vplyv fenomenológie a existencializmu na Frankla ... 219
8.2.1 Fenomenológia ... 220

8.2.1.1 Max Scheler ... 220
Scheler a Frankl ... 221
8.2.2 Existencializmus ... 222
8.2.2.1 Blaise Pascal ... 222
Pascal a Frankl ... 223
8.2.2.2 Sören Kierkegaard ... 223
Kierkegaard Frankl ... 224
8.2.2.3 Karl Jaspers ... 224
Jaspers a Frankl ... 224
8.2.2.4 Jean Paul Sartre ... 226
Sartre Frankl ... 226
8.2.2.5 Albert Camus ... 227
Camus a Frankl ... 228
8.2.2.6 Zmysel života u Dostojevského ... 230
Dostojevskij a Frankl ... 231
8.2.3 Fenomenologické a existenciálne prístupy v psychológii ... 232
8.2.3.1 Ronald David Laing ... 233
8.2.3.2 Rollo May ... 233

8.3 Novotomizmus ... 233
8.3.1 Tomáš Akvinský ... 234
Tomáš Akvinský a Frankl ... 236
8.3.2 Metoděj Habáň ... 237
Habáň a Frankl ... 237

Použitá literatúra ... 239

Prílohy
Príloha č.1: Popis skúmaného súboru ... 259
Príloha č.2: Nemecký preklad Testu noodynamiky K. Popielskeho ... 263
Príloha č.3: Tabuľky a obrázky k zisťovaniu vplyvu veku ... 269

Motto:
„Spal som a snil o tom,
že život je radosť.
Zobudil som sa a zbadal,
že život je povinnosť.
Pracoval som – a spoznal:
povinnosť je radosťou.“

Rabindranath Tagore[*]

[*] FRANKL, V. E. *Zeiten der Entscheidung.* 3. Aufl. Freiburg im Breisgau: Herder, 1996. Herderbücherei. Bd. 4861, s. 145.

Predslov

Existuje veľa prác, ktoré sa zaoberajú dielom V. E. Frankla.[1] Túto knihu som venoval tomu zásadnému, čo v odkaze Frankla je, potrebe zmyslu života u človeka, čo je vyjadrené Franklovým hlavným pojmom *„Wille zum Sinn“*. V knihe systematizujem poznatky z rozsiahleho Franklovho diela. Prichádzam k originálnym záverom. Jedným z nich je tvrdenie, že samotný pojem *„Wille zum Sinn“* je viac filozofickým než psychologickým. Spochybňujem aj jeho zaužívaný preklad do slovenčiny *„vôľa ku zmyslu“* (respektíve do češtiny *„vůle ke smyslu“*). Vlastným výskumom sa pokúšam o praktické overenie niektorých Franklových téz. V knihe využívam Franklovu literatúru v nemeckom origináli.

V živote mi bolo dopriate nejaký čas bývať na miestach, kde Frankl strávil veľkú časť svojho života. Za veľký prínos považujem aj to, že som mal možnosť komunikovať s významnými žiakmi Frankla, ktorými sú Dr. Elisabeth Lukas, prof. Dr. hab. Kazimír Popielski, Dr.h.c., ako aj prof. PhDr. Vladimír Smékal, CSc, za čo im srdečne ďakujem.

Zažívam mnohé stretnutia, v ktorých je zreteľné, že otázka zmyslu života je pre človeka aktuálna. Pre napísanie tejto knihy ma vnútorne asi najviac vybavilo niekoľkoročné sprevádzanie chorých a umierajúcich ľudí. V blízkosti utrpenia a smrti sa mi totiž javia mnohé veci ináč, ako ich vidím v bežnom živote.

Na začiatku sa ešte chcem poďakovať za pomoc už medzičasom zosnulému doc. PhDr. Janovi Papicovi, Mgr. Vítovi Huškovi, ThD., Mgr. Martine Madovej, Karolovi Skočovskému, RNDr. Mgr. Adriánovi Slavkovskému, PhD., Anselme Jesser, Mgr. Jurajovi Znášikovi, Dorothey a Wernerovi Suchockým, Erike Jetzikovej, Heidi a Walterovi Fallheierovcom, Tomášovi Kanálikovi a MUDr. Eliške Kanálikovej. Osobitne by som chcel srdečne poďakovať PhDr. Gabriele Šarníkovej.

[1] Obsiahle zoznamy článkov a doktorských prác, ktoré sa zaoberajú Franklom, sú uvedené v niektorých nemeckých originálach Franklových kníh. Ako príklad uvádzam aspoň doktorskú prácu Rabana. (Porov. RABAN, M. *Die geistige Dimension der Psychologie Viktor E. Frankls.* Dissertatio ad Doctoratum in Facultate Theologie (apud Institutum Spiritualis) Pontificiae Universitatis Gregorianae. Frankfurt, 1989).

1. Otázka zmyslu života

Otázka zmyslu sprevádza ľudstvo po celú dobu jeho existencie. Hoci bola v histórii vyjadrená rôzne, podstata bola stále rovnaká.[1] Zmysel života je provokatívnou otázkou, ktorá je pre človeka výzvou. Je zároveň aj otázkou háklivou. Takmer žiaden veľký mysliteľ ju neobišiel. U väčšiny autorov, ktorí sa pýtali na zmysel života alebo zmysel smrti, je možno nájsť filozofické, sociologické, psychologické alebo teologické pozadie. Nájsť odpoveď na otázku zmyslu života nie je vôbec ľahké. Ak ju hľadáme v literatúre, nenájdeme uspokojivú odpoveď. Prečo sa človek vôbec zaoberá touto otázkou? Väčšinou si ju človek nedáva permanentne, ale iba v situáciách, v ktorých má na to dôvod. Ale i napriek tomu táto otázka stále stojí latentne v priestore konania človeka, ktorý sa pýta: „Prečo?“, „Kvôli čomu?“ Z každého sa tak stáva filozof. Zvlášť ťažkou sa stáva, ak má odpoveď obsahovať aj perspektívu „vyššieho“ cieľa. K zodpovedaniu je potrebné mať veľkú vieru, sebavedomie alebo „životný elán“. Bezhraničnosť tejto otázky a stála nutnosť hľadania zmyslu môže totiž človeka obrať o odvahu, a tak môže podľahnúť prázdnote či upadnúť na duchu.[2]

Otázka zmyslu a vedecký pokrok

Do otázky hľadania zmyslu života človeka zvlášť zasiahol vedecký pokrok. Podľa niektorých sa následkom priemyselného rastu a technologického rozvoja stala spoločnosť príliš zložitou, čo viedlo k absurdnému a nezrozumiteľnému svetovému názoru. Okrem toho o tých skutočne dôležitých veciach nikto nič poriadne nevie. Stalo sa to preto, že jedna stránka inteligencie bola vysoko rozvinutá na úkor ostatných. Racionalita, zdroj technológie a z nej odvodenej priemyselnej výroby zničila v jednotlivcovi zmysel pre to, čo je pre človeka rozumné a čo mu svedčí.[3] Dnes, na rozdiel od minulosti, vieme,

[1] Porov. HELLER, J. Průhled k cíli. *Křesťanská revue,* 1998, roč. 65, č. 2, s. 36-38 [37].
[2] Porov. DÖRING, E. *Sinn des Lebens – Sinn des Todes. Perpektiven unserer Existenz.* 1. Aufl. Düsseldorf und Bonn: Parerga Verlag für Wissenschaft und Politik GmbH, 1994. Bd. 2, s. 22-24.
[3] Porov. WRIGHT, G., H. Úskalí pokroku. *Lettre internationale,* 1993, č. 9, s. 57-58 [58].

že na ňu nemožno odpovedať rozborom okolitého sveta tak, ako na ňom pracuje veda, hoci by tento rozbor bol akokoľvek objektívny. Sociálne vedy, ale zvlášť filozofia a religionistika naviac ukazujú, že na ňu nemožno odpovedať ani na základe vnútorných zážitkov jednotlivca, lebo sú u každého iné, a preto nemajú normatívny ráz.[4]

Otázka zmyslu u dnešného človeka

Počas obdobia socializmu sa v komunistických krajinách buď nehovorilo o zmysle života, alebo sa človeku za cieľ života kládlo budovanie socialistickej vlasti. Po novembri 1989 sa táto téma v našom spoločenskom živote začala objavovať,[5] ale obrat v myslení nenastal automaticky. Boldišová hovorí: *„Čas obrastený totalitnou propagandistickou srsťou pominul, ale skutočná zmena myslenia sa aj v tejto oblasti deje pomaly a bolestivo, ... zabúdame na existencionálny základ, na mantinely, v ktorých sa vo svete pohybujeme, na zmysel toho, prečo je tu vlastne umenie, politika, filozofia, človek.“*[6] Blahobyt sa ponúka človeku ako náplasť a alternatíva za totalitu a vytráca sa chuť pýtať sa na duchovnú dimenziu človeka.[7] Blahobyt má tiež svoje slabiny. Príkladom môže byť fakt, že asi tri milióny mladých Američanov uvažujú o spáchaní samovraždy. Rovnako sú na tom aj všetky ekonomicky rozvinuté štáty. Hovorí sa o epidémii depresie. Východisko z tejto situácie sa zdá byť nielen v psychologickej pomoci, ale aj v duchovnom prebudení. Prevenciu možno vidieť v optimizme, nádeji, odvahe, pokore, dobrote, zdvorilosti, trpezlivosti, altruizme, čestnosti, ušľachtilosti a viere.[8]

V tomto, dnes, v určitom zmysle, hodnotovo rozleptanom svete, vo svete absurdít nájde málokto odvahu hovoriť o zmysle života.[9] Objavujú sa rozpo-

[4] Porov. HELLER Průhled k cíli. *Křesťanská revue,* s. 37.

[5] Napríklad predseda vlády Milan Čič v máji 1990 o cieľoch novej vlády porozumenia povedal, že sa všetko musí podriadiť človeku, lebo ináč by nemalo zmysel žiť a pracovať. (Porov. ÚRADNÍČEK, M. Zmysel života a práca. *Národná obroda,* 1990, roč. 1, č. 13, s. 1-2. [1]).

[6] Porov. BOLDIŠOVÁ, E. Šesť dobrých správ Scotta Pecka. Úvaha o knihe, čo neodišla s marcom. *Slovenské národné noviny,* 1995, roč. 6, č. 18-19, s. 8.

[7] Porov. VYSTRČIL, T. Smysl krize a krize smyslu. *Prostor,* 1998, č. 36, s. 16-20 [16].

[8] PASQUALE, I. Epidemie deprese mládeže. *Teologické texty,* 2002, roč. 13, č. 5, s. 198-199 [198-199].

[9] Porov. FARKAŠOVÁ, E. Exupéryho reportáže – eseje. Recenzia knihy Antoine de Saint-Exupéry: Dať životu zmysel. *Literárny týždenník,* 1996, roč. 9, č. 16, s. 13.

ruplné pokusy. Ako príklad uvádzame film *Zmysel života* od Montyho Pythona, ktorý sa považuje za ukážku doby, výsmech hodnôt, bez akéhokoľvek optimizmu a ktorý neponúka žiadne pozitívne východisko.[10] Sklenka hovorí, že tento dnešný človek, možno povedať, človek po osvietenstve, sa vo svojom svete musí odznova nájsť. To je kríza, ale aj veľkosť našej doby. Človek je slobodnejší, má väčší priestor rozhodovania, ale aj väčšiu zodpovednosť a riziká. A táto ťarcha rozhodovania či bezradnosť pri hľadaní orientácie súvisí s otázkou zmyslu.[11]

Otázka zmyslu v súčasnej filozofii

Čo sa teda skrýva za otázkou zmyslu? Všadeprítomnosť tejto otázky, ako sme už spomínali, ešte nezaručuje jej jasnosť. Mimochodom, existuje asi 170 definícií zmyslu. Zdá sa, že človek si ešte nikdy nekládol otázku zmyslu života takým spôsobom a tak naliehavo ako dnes.[12]

Stripajová vo svojom výskume, ktorý robila u 530 mladých ľudí na Slovensku, rozdeľuje postoje k zmyslu života človeka a dejín do niekoľkých skupín. Jednou skupinou sú ľudia, ktorí zastávajú názor, že život má zmysel. Ďalšia skupina zastáva názor, že život a dejiny nemajú zmysel – pre nich je zmysel života a zmysel dejín len syntaktická väzba bez určitého významu. Ďalšia skupina ľudí sa prikláňa k názoru, že život môže mať zmysel, ak ho človek naplní zmyslom. Ďalšia skupina ľudí má názor, že zmysel do života a do dejín vkladá svet, teda niečo mimo človeka. Taký zmysel môže poskytnúť človeku vlastná práca alebo veda. Posledná skupina ľudí hľadá zmysel života mimo dejín, mimo priestoru a času. Títo ľudia sú presvedčení, že zmysel má transcendentálny pôvod a že človeku ho ponúka Boh.[13]

Stripajová ďalej hovorí, že tieto postoje zodpovedajú rôznym filozofickým smerom. Východisko postoja, že život nemá zmysel, vidí v ateistickom nazeraní na svet. Ateisti tvrdia, že ateistická koncepcia života je vyššia ako teistická. Neskrýva sa za žiadneho domnelého ochrancu ani pôvodcu zmyslu

[10] Porov. JAROŠ, J. Monty Python: Smysl života. Recenze. *Mladý svět,* 2002, roč. 44, č. 8, s. 34 .

[11] Porov. SKLENKA, I. Psychoterapia objavuje ducha. *Listy,* 1998, roč. 11, č. 2, s. 9-10 [9].

[12] Porov. *ibid.*

[13] Porov. STRIPAJOVÁ, M. *Zmysel ľudského života a zmysel dejín u dnešného mladého človeka v ich spätosti.* Diplomová práca pod vedením J. Letza. Nitra: Katedra etiky a katechetiky Filozofickej fakulty Univerzity Konštantína Filozofa, 1999, s. 56.

a poslania človeka a dejín. Niet nikoho, kto by niesol zodpovednosť za dianie vo svete, ak ju dobrovoľne neprijme na seba človek. Z osamelosti a z neurčitosti smerovania dejinného diania vyplýva neistota človeka. Istota sa hľadá v poznaní ešte nepoznaného. Je snaha nájsť absolútnu pravdu, ktorá by vysvetlila všetko. Hľadať takúto pravdu považuje Stripajová za utópiu a cituje Robinsa: *„Najvyššou možnosťou ľudstva je poznať svoju neistotu a prichádzajúci zánik a popritom si zachovať optimizmus a lásku.“* [14]

Ďalším postojom je, že zmysel života možno prijať zo sveta, z niečoho mimo seba. Ján Patočka hovorí, že nech je smerovanie dejín akékoľvek, celkový zmysel je stále rovnaký, a tým je odovzdávanie a obrana života, život sám, udržiavanie životného plameňa. Človek s takýmto postojom neráta s ničím, čo by mohlo život presahovať, a hľadá zmysel vo vede. Prvým príkladom je neohumanizmus, ktorý odmieta všetky formy supernaturalizmu, panteizmu a metafyzického idealizmu. Za prvotný cieľ človeka považuje prácu pre dobro ľudstva. Pri dosahovaní tohoto cieľa sa odporúča využívať metódy rozumu, vedy a demokracie a konať v súlade s vlastnou prirodzenosťou, ktorá je racionálna. Vtedy možno dúfať v nájdenie zmyslu života, ktorý je v zjednotení osobných a spoločenských záujmov. Druhým príkladom je hedonizmus, ktorý vidí zdroj problémov v tom, že človek berie život veľmi vážne. Pred oči kladie potešenie a radosť zo života. Odpoveďou na zmysel života je potešenie, ktoré prináša život. Zmysel života je skutočná radosť z neho. Keď sa k hedonizmu pridá altruistický prvok, princípom sa stáva princíp šťastia väčšiny.[15]

Ďalší postoj sa opiera o názory, ktoré sú blízke kresťanským mysliteľom. Zmyslom života je naplnenie ľudskej osobnosti, čo je aj cieľom života jednotlivca. K dosiahnutiu tohoto cieľa je človek odkázaný na nekonečné bytie, na Boha. Len vtedy človek dosiahne šťastie a plnosť osobnosti, keď sa splní Boží úmysel. Boh je posledným a absolútnym základom. Oslava Boha je posledným cieľom človeka a zároveň dokonalým šťastím jedinca. J. Maritain hovorí, že Boží plán je v dejinách stanovený nezmeniteľne a navždy. Človek potom do neho vstupuje svojou slobodou, a tým možnosťou odmietnuť ho. Ak ho prijme, zapája sa do spoločenského dejinného pokroku. Teilhard de Chardin hovorí, že kľúčom k zmyslu všetkého jestvovania je teistická evolúcia, ktorou je ireverzibilný proces plánovaný Stvoriteľom. Za dve hlavné sily evolúcie považuje energiu tangenciálnu, pomocou ktorej sa vyvíja vesmír,

[14] Cit in STRIPAJOVÁ *Zmysel ľudského života*, s. 57.
[15] Porov. *ibid,* s. 58-60.

a energiu radiálnu, ktorá dosahuje v človeku stupeň myslenia, slobody a duchovna. Radiálna energia vytvára na zemskom povrchu noosféru, sféru myslenia a duchovného vedomia človeka. Táto sila nesie ľudstvo k cieľu dejín, ktorým je Kristus. Na myslenie Teilharda de Chardin nadväzuje filozofia Jána Letza, ktorý kladie dôraz na význam evolučnej ontogenézy človeka cez existenciánu skúsenosť. K tejto skúsenosti je potrebný postoj vnútornej otvorenosti, nezištnosti, rešpektovanie okolia reality, ktorý možno nazvať univerzálnou láskou.[16]

Otázka zmyslu života v súčasnej psychológii

Halama hovorí, že otázka zmyslu nebola často v centre pozornosti psychológie. Bolo to preto, že pozitivistická metodológia uprednostňovala objektívne dáta pred subjektívnymi, ktoré otázku zmyslu života často sprevádzajú. Halama ďalej hovorí, že psychologická metodológia musí nutne zlyhať pred filozofickými otázkami, ktoré s otázkou zmyslu života súvisia. Napriek tomu sa zmysel života stáva predmetom mnohých teoretických, výskumných a klinických štúdií, ktoré zdôrazňujú význam zmysluplnosti v plnohodnotnom a kvalitnom živote človeka.[17]

Korene psychologického uvažovania nad zmyslom života môžeme nájsť hlavne v dvoch psychologicko-antropologických prúdoch. Prvým prúdom je existenciálna filozofia a psychológia, ktorá vychádza z Kierkegaarda a Husserla a pokračuje Jaspersom, Marcelom a Sartrom. V psychológii našiel tento prúd odozvu okrem Frankla najmä v dielach Binswangera, Bossa, Maya. Všetci existencialisti sa zaoberali tak filozofickými, ako aj psychologickými otázkami. Aj napriek rozdielnym názorom sa vo vnútri existencializmu dá vybadať centrálna tendencia, ktorá je inšpiráciou pre existenciálnych psychológov. V rámci existenciálneho prístupu je zmysel života a jeho utváranie chápané ako ľudská odpoveď na závažné a konečné otázky ľudskej existencie. Druhým prúdom sú teleologické a finalistické koncepcie v psychológii osobnosti, podľa ktorých je ľudská aktivita určená svojím cieľom. Křivohlavý zahŕňa tieto prúdy pod spoločný názov hormická psychológia – psychológia účelu diania. Tieto teórie považujú ciele človeka za rozhodujúci faktor správania osobnosti a vystupujú proti čisto statickým chápaniam osobnosti.

[16] Porov. *ibid,* s. 60-63.
[17] Porov. HALAMA, P. Teoretické a metodologické prístupy k problematike zmyslu života. *Československá psychologie,* 2000, roč. 44, č. 3, s. 216-236 [217].

Hormický prístup je v súčasnosti najviac viditeľný v kognitívnej psychológii.[18]

Franklov prínos v otázke zmyslu života

Nietzsche stanovil ako program pre dnešnú dobu *„prehodnotenie všetkých hodnôt“* a hovoril o smrti Boha. Janát hovorí, že Frankl so všetkými tými, čo prežili Osvienčim, vedia o Bohu svoje. V koncentračnom tábore u neho došlo k prehodnoteniu hodnôt a pochopeniu kategórie zmyslu. Franklov zmysel neurčite, intuitívne, v bolestnom úsilí i v radosti konverguje k eschatologickým hodnotám. Zmysel sa do značnej miery kryje s významom slova transcendencia. Opustiť túto orientáciu na zmysel, ktorá je neuchopiteľnou, nemanipulovateľnou a ľudský život zjednocujúcou duchovnou dimenziou, znamená prepadnúť nezmyslu a pseudozmyslu. Španielsky filozof Miguel de Unamuno hovorí, že: *„Podstata zla...tkvie v tom, že nesmeruje k poslednému a trvalému cieľu.“* [19]

Frankl obhájil otázku zmyslu ako hlboko ľudskú a ako prejav zrelosti človeka.[20] Zmysel života vidí v jeho rýdzo konkrétnej časovej forme i v jeho eschatologicko-religióznej perspektíve. Je zásadným odporcom redukcionizmu, ktorý chápe ako jemnejšiu formu nihilizmu. Franklovo chápanie kategórie zmyslu vo svojej podstate odkazuje na Platónovu ideu Dobra, na starozákonný ethos osobnej odpovede na transcendentálnu výzvu a na chápanie Logosu v Novom zákone. Historický priebeh síce dal v mnohom za pravdu Nietzscheho proroctvu o príchode nihilizmu, ale životné dielo Frankla presvedčivým spôsobom zvýraznilo povzbudivú alternatívu.[21]

Frankl nám vo svojom diele predkladá životnú múdrosť, ktorá spočíva v základnom uvedomení limitov človeka. Toto uvedomenie nevedie ku skepse, rezignácii a relativizmu, ale skôr k úcte, pokore a odhodlaniu. V našom storočí je mnoho vecí, ktoré rozumu odoberajú silu na výklad a komentáre. Zásluhou Frankla je v tomto storočí prítomné aj to, čo môže byť predmetom našej hlbokej úcty.[22]

[18] Porov. *ibid,* s. 217-218.
[19] Porov. JANÁT, B. Viktor Emil Frankl a příbeh XX. století. Zamyšlení nad knihou V. E. Frankla „Člověk hledá smysl. Úvod do logoterapie.“ *Československá psychologie,* 1995, roč. 39, č. 3, s. 259-264 [261].
[20] Porov. SKLENKA Psychoterapia objavuje ducha. *Listy,* s. 9.
[21] Porov. JANÁT Viktor Emil Frankl a příbeh XX. století. *Československá psychologie,* s. 264.
[22] Porov. *ibid,* s. 263.

2. Myšlienkový vývoj Frankla a vplyv iných osobností na jeho myslenie

Viktor Frankl sa narodil 26.3.1905 vo Viedni. Jeho matka pochádzala z Prahy a otec z Pohořelíc na Južnej Morave.[1] Otázkou zmyslu života sa Frankl zaoberal už ako chlapec. Píše, že už ako štvorročného ho jedného dňa vystrašila myšlienka, že raz musí zomrieť. Strach zo smrti ho však nikdy neťažil, ťažilo ho iba jedno: *„...otázka, či pominuteľnosť života neničí jeho zmysel.“*[2]

V medzivojnovom období čítal prírodných filozofov, ktorými sú Wilhelm Ostwald a Gustav Theodor Fecher. Bol presvedčený, že v makro- a mikrokozme vládne univerzálny *„vyrovnávajúci princíp“*, čo sa prejavilo v knihe *Lekárska starostlivosť o duše (Ärtztliche Seelsorge)*. Fecher naňho urobil veľký dojem svojou knihou *Denný náhľad na rozdiel od nočného (Tagesansicht gegenüber Nachtansicht)*. V tom období ho fascinoval aj Freud spisom *Na druhej strane princípu slasti (Jenseits des Lustprinzips*).[3] Franklova prvá publikácia, ktorá vyšla v roku 1924 v Medzinárodnom psychoanalytickom časopise, bola uverejnená na výslovné odporúčanie Freuda.[4] Frankl si neskoršie s Freudom písal, a hoci s ním vstupoval do konfrontácie, preukazoval mu úctu. Vedomosti o psychoanalýze získaval aj od takých Freudových žiakov, akými boli Eduard Hitschman a Paul Schilder, na ktorého prednášky chodil. Neskôr ho ovplyvňoval Adler.[5]

[1] Porov. HOSKOVEC, J. Profesor Viktor Emil Frankl devadesátiletý. *Československá psychologie,* 1995, roč. 39, č. 1, s. 88-89 [88] .
[2] FRANKL, V. E. *Was nicht in meinen Büchern steht. Lebenserinnerungen.* Weinheim und Basel: Beltz, 2002, s. 9 (čes. vyd.: *Co v mých knihách není. Autobiografie.* Přel. L. a J. Švancarovi. Brno: Cesta, 1997, s. 19).
[3] Porov. *ibid,* s. 27-28 (s. 35).
[4] Porov. FRANKL, V. E. Otázka zmyslu bytia z pohľadu existenciálnej psychoterapie. *Telegraf (Nedeľný telegraf),* 1992, roč. l, č. 186, s. 19 [19].
[5] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 28-31 (čes. vyd.: s. 36-38) a tiež porov. FRANKL, V. E. *Die Sinnfrage in der Psychotherapie. Mit einem Vorwort von Franz Kreuzer.* 5. Aufl. München-Zürich: R. Piper & Co. Verlag, 1994. Bd. 577, s. 147.

Frankl bol v osobnom kontakte s osobnosťami svojej doby a viedol s nimi diskusie. Boli medzi nimi Martin Heidegger, Karl Jaspers, Ludwig Binswanger či Gabriel Marcel.[6]

Frankla ovplyvňoval fenomenologicky orientovaný filozof Max Scheler,[7] ako aj individualistickí psychológovia Oswald Schwarz[8] a Rudolf Allers.[9] Frankl pracoval pod vedením Allersa a Schelerov *Formalizmus v etike (Formalismus in der Ethik)* nosil pri sebe. Frankl bol vylúčený zo Spolku individuálnej psychológie, ktorej vyčítal psychologizmus. Neskôr sa stáva spoluzakladeľom Akademického spolku lekárskej psychológie vo Viedni, kde v roku 1926 verejne hovorí o pojme „logoterapia" a v roku 1933 o alternatívnom označení „existenciálna analýza". Už v roku 1929 koncipuje rozlíšenie troch hodnotových skupín: čin – ktorý si človek vytýči, dielo – ktoré tvorí a zážitok – stretnutia a lásky. Ďalej hovorí, že aj nezmeniteľný údel, ako je utrpenie, možno premeniť na čin. Takto, po opustení Freuda a neskôr Adlera, zakladá „Tretí viedenský smer psychoterapie". Najväčším motívom na vytvorenie nového smeru v psychoterapii je uňho súcit s obeťami súčasného cynizmu v psychoterapii. Súčasnej psychoterapii vyčíta, že je skomercionalizovaná a že má depersonalizujúce a dehumanizujúce tendencie, ktoré vychádzajú z psychologizmu. Frankl sa pohybuje medzi psychoterapiou a filozofiou. Vo svojich dielach a prednáškach rozlišuje, keď hovorí ako psychiater, či ako filozof, alebo ako človek.[10]

Pobyt v koncentračnom tábore bol pre Frankla konštitutívnou životnou skúsenosťou, ktorú on sám vníma ako *„skúsenosť kríža"*[11], kde po osvedčení a validizácii vlastnej sebatranscendencie a sebadištancu nadobúda ešte väčšiu istotu vo svojej teórii o *„vôli ku zmyslu"*. Začína vo veľkej miere prednášať a publikovať po celom svete.[12] Na druhej strane však pripúšťa, že jeho životné skúsenosti a zážitky môžu byť určitou záťažou, lebo v koncentračnom tábore utrpela ľudská existencia určitú deformáciu, ktorá spochybňuje dostatočnú objektivitu úsudku. V psychologickom zmysle ide o oslabenú schopnosť pozorovateľa posudzovať seba a ostatných. Frankl hovorí, že ten, čo stál uprostred, má príliš malý odstup. Naproti tomu ten, čo stál mimo, má zase príliš veľký odstup a sotva sa dokáže vcítiť.[13] Logoterapia sa dostala do povedomia zverejnením Franklových skúseností z koncentračného tábora a základnej teórie o *„vôli ku zmyslu"* v USA.[14] Literárna produktivita Frankla je veľká. Jeho tridsať publikácií vyšlo v dvadsiatich dvoch jazykoch.[15]

Frankl má mnohých pokračovateľov. Predstaviteľmi dvoch hlavných princípov, rozpracovaných na základe Frankovho diela, sú: v Nemecku E. Lukasová a v Amerike J. Fabry. Ďalšími sú: v Rakúsku A. Längle, v Poľsku K. Popielski, v Kanade P. T. P. Wong[16], v Čechách V. Smékal a na Slovensku J. Stempelová.

[6] Porov. *ibid,* s. 145.

[7] O Schelerovom chápaní lásky je viac v kapitole o láske.

[8] Rudolf Allers a Oswald Schwarz, významní individuálni psychológovia, neskôr je ich antropologické zameranie iné. Schwarz je zakladateľom psychosomatickej medicíny a lekárskej antropológie.

[9] Porov. CORSINI, R. J. *Encyclopedia of Psychology. Volume 2.* New York: John Wiley & Sons, 1984, s. 34.

[10] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 40-47 (čes. vyd.: s. 46-52).

[11] *„...experimentum crucis..." ibid,* s. 75 (s. 77). Janát hovorí, že v koncentračnom tábore sa pre Frankla aktualizovala jasperovská základná medzná situácia, okamih zjavujúcej sa pravdy, chvíľa vrhnutosti ľudskej existencie až k hraniciam ľudského bytia. (Porov. JANÁT Viktor Emil Frankl a příbeh XX. století. *Československá psychologie,* s. 260).

[12] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht.* s. 75 (čes. vyd.: s. 77).

[13] Porov. FRANKL, V. E. *Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse.* Ungekürz. Aus. Wien: Fischer Taschenbuch Verlag GmbH, 1985, s. 105 (čes. vyd.: *Lékařská péče o duši. Základy logoterapie a existenciální analýzy.* Přel. V. Jochman. Brno: Cesta, 1994, s. 100).

[14] Porov. STUMM, G. – WIRTH, B. *Psychotherapie in Österreich. Tür zum Ich. Teil I.: Psychotherapeutische Strömungen.* 1. Aufl. Wien: Verlag der Österreichischen Hochschülerschaft Wirtschaftsbetriebe GES.M.B.H, 1982. Edition ÖH, s. 127.

[15] Porov. HOSKOVEC Profesor Viktor Emil Frankl. *Československá psychologie,* s. 88-89 [89].

[16] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 219.

3. Potreba zmyslu u človeka

Vzťah potreby zmyslu a pojmu *„Wille zum Sinn“*

Franklova teória je založená na pojme *„Wille zum Sinn“*[1]. Prekladatelia diel Frankla do češtiny[2], podobne ako aj niektorí ďalší autori českých a slovenských príspevkov o Franklovi, prekladajú tento pojem doslova ako *„vôľa ku zmyslu“*[3] (resp. česky *„vůle ke smyslu“*[4]). Lukasová[5] hovorí v tejto súvislosti o *„túžbe po zmysle“*[6] a Popielski[7] o *„orientácii ku zmyslu“*[8]. Niektorí iní autori hovoria, ako Lukasová, o *„túžbe po zmysle“*[9] alebo tiež o *„potrebe zmyslu“*[10].

---

[1] FRANKL, V. E. *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk.* München Zürich: R. Piper & Co. Verlag, 1979, s. 101.

[2] Autormi českých prekladov sú: K. Balcar, J. Hermach, V. Jochmann, L. a J. Švancarovi, V. Smékal, Z. Trtík.

[3] Ďalej je v knihe pojem *„vôľa ku zmyslu“* uvádzaný bez kurzívy a bez úvodzoviek.

[4] Porov. BALCAR, K. Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. *Československá psychologie,* 1995, roč. 39, č. 2, s. 127-142 [134].

[5] Dr. Lukasová Elisabeth, klinická psychologička a psychoterapuetka, tvorkyňa logoterapeutickej školy v psychoterapii Frankla, odborná vedúca *Juhonemeckého inštitútu pre logoterapiu* vo Fürstenfeldbrucku. Křivohlavý uvádza, že ju Frankl považuje za svoju najlepšiu žiačku. (Porov. KŘIVOHLAVÝ, J.: Logoterapeutické dny v Brně. *Československá psychologie,* 1994, roč. 38, č. 1, s. 84-85 [85]).

[6] LUKAS, E. *Sehnsucht nach Sinn. Logotherapeutische Antworten auf existentielle Fragen.* 2. Auf. München – Wien: Profil, 1999, s 142.

[7] Prof. Popielski Kazimierz, profesor na *Katedre psychoterapie a psychológie zdravia KUL* v Lubline, čestný prezident *Inštitútu existenciálnej psychológie a noo-logoterapie* na Slovensku, je žiakom Frankla, ktorého Frankl sám chváli a vyzdvihuje. (FRANKL, V. E. Předmluva. In POPIELSKI, K. *Człowiek – pytanie otwarte. Studia z logoteorii i logoterapii.* 1. wyd. Lublin: Redakcja Wydawnictw KUL, 1987, s. 5-6.)

[8] POPIELSKI, K. Předmluva. In LUKASOVÁ, E. *I tvoje utrpení má smysl. Logoterapeutická útěcha v krizi.* Přel. J. Vašíčková. Brno: Cesta 1986, s. 7.

[9] KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie.* 3. dopl. vyd. Praha: Portál, 1998, s. 94 alebo HLAVINKA, P. *Daseinsanalýza. Setkání filosofie s psychoterapii.* Olomouc: UP, 2001, s. 51 alebo DUFKOVÁ, D. – KRATOCHVÍL, S. Předběžná a metodická sdělení. Psychometrické zkoumání existenciální frustrace. *Československá psychologie*, 1967, roč. 11, s. 594-597 [594] alebo BALCAR, K. *Úvod do studia psychologie osobnosti.* 2. opr. vyd. Chrudim: MACH, 1991, s. 194.

[10] DUFKOVÁ – KRATOCHVÍL Předběžná a metodická sdělení. *Československá psychologie,* s. 594.

Pre termín vôľa ku zmyslu nachádzame u samotného Frankla rôzne vyjadrenia. Napríklad hovorí, že je vrodenou túžbou[11], že je elementárnou potrebou[12], že je snahou jedinca[13], že pobáda človeka k ľútosti[14], že nie je pudom[15] alebo že nie je iba chcením[16]. Možno povedať, že termín vôľa ku zmyslu, ako aj termíny potreba zmyslu či túžba po zmysle sa vzťahujú na ľudskú tendenciu nájsť a vytvoriť si zmysel života a že pri vôli ku zmyslu nejde o potrebu mechanistického charakteru na spôsob uspokojovania biologických potrieb, ale skôr o ľudskú tendenciu, ktorá človeka pobáda k realizácii.[17]

Pojem potreba

V súčasnosti sa pojem potreba spomína v súvislosti s pojmom motivácie. Potrebu, tak ako to uvádza Sillamy, možno chápať ako pociťovaný nedostatok niečoho, čo vedie k vykonaniu činu, ktorý ju môže uspokojiť.[18] Smékal hovorí, že *„...potreba je stav osobnosti odrážajúci rozpor medzi tým, čo je dané, a medzi tým, čo je nutné (alebo sa javí osobnosti ako nutné) pre prežitie a rozvoj, stav podnecujúci osobnosť k činnostiam zameraným na odstránenie tohoto rozporu.“* V potrebách vystupuje, podľa Smékala, trojaký aspekt. Potreba energetizuje, zameriava a udržuje jednanie v smere k cieľovému objektu, aby bol cieľ dosiahnutý. Potreba je teda príčinou konania, mechanizmom aktivácie a zameranie na činnosť.[19] Nakonečný považuje psychologickú podstatu ľudských potrieb za emocionálnu.[20]

Pojem potreba zmyslu

Potreba zmyslu sa radí medzi potreby vyššie, druhotné, medzi metapotreby.[21] Maslow radí potrebu zmyslu medzi abundačné motívy, ktoré definuje ako motívy, ktoré prekračujú rámec akceptovaného stavu uspokojenia.[22] O potrebe zmyslu sa zmieňujú poľský psychológ J. Pieter a ruský psychológ D. F. Poršnev, ktorí zisťovali, o čo sa ľudia a ľudské kolektívy v dejinách usilovali a za čo bojovali. Zistili, že okrem sebazáchovy, potreby uchovania rodu a potreby slobody to bola práve potreba zmyslu života, ktorá nachádzala svoje vyjadrenie v boji za idey a ideály. V indických filozofických textoch sa medzi túžbami človeka uvádza aj túžba pochopiť zmysel existencie.[23] Nakonečný dodáva, že potreba, ako hypotetický konštrukt, nie je v psychológii chápaná jednotne, že koncept metapotrieb je v psychologickej literatúre ojedinelý a že je viac intelektualistický ako vedecký.[24]

[11] Vôľa ku zmyslu je vrodená, je túžba driemajúca v človeku. (Porov. FRANKL, V. E. *Psychotherapie für den Laien. Rundfunkvorträge über Seelenheilkunde.* 2. Aufl. Freiburg im Breisgau: Herder, 1971. Herderbücherei. Bd. 387, s. 47 (Čes. vyd.: *Psychoterapie pro laiky.* Přel. V. Smékal. Brno: Cesta, 1998, s. 47)).

[12] Elementárnu potrebu zmyslu možno vystopovať už v biologických základoch existencie človeka. (Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 233).

[13] Vôľa ku zmyslu je snaha o dosiahnutie naplnenia životného obsahu. (Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 86 (čes. vyd.: s. 77)).

[14] V starnutí existuje strach súvisiaci so svedomím, ktorý súvisí s minulým konaním a so všetkými premárnenými príležitosťami a šancami, ktoré človek v živote zahodil. Vôľa ku zmyslu ľutuje zmeškané príležitosti, ktoré sa v minulosti ponúkali uskutočniť. (Porov. *ibid,* s. 51-56 (s. 51-54)).

[15] Frankl hovorí, že je reč o vôli ku zmyslu, a nie o pude ku zmyslu. Keby išlo o pud, človek by napĺňal zmysel iba preto, aby sa zbavil tlaku pudu a získal tak znova rovnováhu. Potom by však prestal konať kvôli zmyslu samotnému. (Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 224) Vôľa je pritom chápaná ako schopnosť slobodne sa rozhodnúť, je to vedomé úsilie dosiahnuť niečo. Vôľa je výsledkom rozhodovania, je určitou požiadavkou. (Porov. KAČALA, J. a kol. *Krátky slovník slovenského jazyka.* 2. opr. vyd. Bratislava: Veda SAV, 1989, s. 504).

[16] Frankl upozorňuje na to, aby idea vôle ku zmyslu nebola chápaná v zmysle apelu na vôľu. Viera, láska a nádej sa nedajú vyrábať a ani ich nikto nemôže nariadiť. Vymykajú sa aj zásahu vlastnej vôle. Človek nemôže chcieť milovať, chcieť veriť, chcieť dúfať a už vôbec nie chcieť chcieť. Je zbytočné vyžadovať, aby človek chcel zmysel. Apelovať na vôľu ku zmyslu skôr znamená dať zažiariť zmyslu samotnému a nechať na vôli, aby ho chcela. (Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 224-225).

[17] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 220.

[18] Porov. SILLAMY, N. *Psychologický slovník.* 1. vyd. Přel. I. Strossová. Olomouc: Univerzita Palackého, 2001, s. 156.

[19] Porov. SMÉKAL, V. *Pozvání do psychologie osobnosti. Člověk v zrcadle vědomí a jednání.* 1. vyd. Brno: BARRISTER & PRINCIPAL, 2002. Ed. rada Studium, s. 239.

[20] Porov. NAKONEČNÝ, M. *Základy psychológie.* 1. vyd. Praha: Academia, 1998, dotisk 2002, s. 471.

[21] Porov. HARTL, P. – HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník.* 1. vyd. Praha: Portál, 2000, s. 312.

[22] Porov. BENESCH, H. *Encyklopedický atlas psychologie.* Přel. E. Labusová a M. Korbelík. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2001, s. 263. Viac je uvedené v časti o teóriách, ktoré nemajú zmysel života v centre pozornosti.

[23] Porov. SMÉKAL *Pozvání do psychologie osobnosti,* s. 241.

[24] Porov. NAKONEČNÝ *Základy psychologie,* s. 463-470.

Iné súvisiace pojmy

Stav, keď človeku chýba zmysel života a prežíva svoj život ako prázdny, bezcieľny a nehodnotný, možno vyjadriť aj pojmami bezzmyselnosť, pocit bezzmyselnosti, nenaplnenosť potreby zmyslu, existenciálna prázdnota, existenciálna frustrácia, existenciálne vákuum.[25]

Zhrnutie

České a slovenské preklady Franklových diel uvádzajú pojem *„Wille zum Sinn“* jednotne ako vôľa ku zmyslu. Iní autori, ktorí sa zaoberajú Franklom, používajú v tejto súvislosti aj iné pojmy. Po lingvistickej stránke je preklad „vôľa ku zmyslu“ síce presný, ale nie úplne korektný. Je možné domnievať sa, že vo filozofi, s ktorou bol Frankl konfrontovaný, bola móda vytvárať podobné pojmy alebo že Frankl pojem vôľa ku zmyslu použil pre výstižnosť a krátkosť.[26] Tiež treba povedať, že tento pojem je pojmom viac filozofickým ako psychologickým.[27] V tejto knihe je pre pojem *„Wille zum Sinn“* použitý preklad „vôľa ku zmyslu“. Najmenej zavádzajúce by bolo používať originálne nemecké znenie.[28] Vzhľadom na obsah *„Wille zum Sinn“* je v psychológii najsprávnejšie hovoriť o potrebe zmyslu.

[25] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 220.

[26] Viac vo filozofickej časti o Schopenhauerovi.

[27] Pojem „vôľa“ sa vyskytuje v psychologickej literatúre (na rozdiel od filozofickej) zriedkavo. (Porov. HARTL – HARTLOVÁ *Psychologický slovník*, tiež porov. HOMOLA, M. – TRPIŠOVÁ, D. *Psychologie osobnosti. (Stručný výkladový slovník)* 1. vyd. Olomouc: UP FF, 1992, tiež porov. BENESCH *Encyklopedický atlas psychologie.*) Definícia alebo obsah pojmu „vôľa“ sa v psychológii dáva do súvislosti s pojmom „motivácia“ či „potreba“ (Porov. HERBUT, J. a kol. *Leksykon filozofii klasycznej.* Lublin: Wydawnictwo towarzystwa naukowego KUL, 1997, s. 539-541 a tiež porov. SMÉKAL *Pozvání do psychologie osobnosti*, s. 239.)

[28] Podobne je to aj v knihe „Lebenswelt a každodennost v sociologii Alfreda Schütze“. (Porov. NOHEJL, M. *Lebenswelt a každodennost v sociologii Alfreda Schütze. Pojednání o východiscích fenomenologické sociologie.* 1. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2001).

3.1 Tézy o zmysle života

Franklovo chápanie zmyslu života človeka je možno zhrnúť do nasledujúcich téz.[29]

3.1.1 Vôľa ku zmyslu je snaha o zmysluplnosť existencie

Definícia pojmu a vzťah k iným teóriám

Vôľa ku zmyslu je *„túžba človeka čo možno najzmysluplnejšie naplniť svoju existenciu.“*[30] Človek je vo svojej podstate charakterizovaný vôľou ku zmyslu, ktorá je zápasom o zmysel bytia, zápasom o nájdenie a naplnenie svojho životného obsahu.[31] Crumbaugh a Maholick hovoria, že Franklova vôľa ku zmyslu je „*vôľa vnímať, vyčítať zmysel v okolí, interpretovať, organizovať elementy podnetov do zmysluplných celkov.“*[32] Tvaroví psychológovia považujú túto organizačnú tendenciu za vrodenú vlastnosť duševna. Táto snaha má hodnotu pre prežitie, pre čo najlepšie usporiadanie jednotlivých podnetov, ktoré uvádza do vzájomného vzťahu. Do vôle ku zmyslu však za-

[29] Tieto tézy boli v krátkosti uverejnené na Slovensku v časopise Filozofia. (Porov. TAVEL, P. Potreba zmyslu života. Tézy k pojmu „Wille zum Sinn“ u Viktora E. Frankla. *Filozofia*, 2004, roč. 59, č. 8, s. 571-579).

[30] *„...Sehnsucht nach möglichster Sinnerfüllung seines Daseins...“* FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 86 (čes. vyd.: s. 77). Balcar definuje Franklov pojem vôľa ku zmyslu ako základnú ľudskú tendenciu hľadať objektívny zmysel v skutočnosti a v jej možnostiach. (Porov. BALCAR Logoterapie a existenciální analýza. *Československá psychologie,* s. 135).

[31] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 85-86 (čes. vyd.: s. 77-78). Lukasová hovorí, že bezpodmienečná zmysluplnosť života je v protiklade s odmietaním a spochybňovaním života, ktorá sa prejavuje v apatii a rezignácii, v depresii a vyhľadávaní chorôb, v kriminalite a samovražde. Zmysluplnosť života je „Áno životu“, ktoré je v protiklade s „Nie životu“, ktoré otvára dvere a bránu sebazničeniu. (Porov. LUKAS *Sehnsucht nach Sinn,* s. 9-11).

[32] *„...the will to perceive, to read meaning into the environment, to interpret, to organize stimulus elements into meaningful wholes...“* FRANKL, V. E. *Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vorträge über Logotherapie. Mit einem Beitrag von Elisabeth S. Lukas.* Bern-Stuttgart-Wien: Verlag Hans Huber, 1972, s. 17 (Čes. vyd.: *Vůle ke smyslu. Vybrané přednášky o logoterapii. S příspěvkem Elisabeth S. Lukasové.* Přel. V. Jochman. Brno: Cesta, 1994*,* s. 24).

hŕňa Frankl zvláštny druh percepcie: človek sa nielen snaží vnímať svoje životné prostredie ako zmysluplnú totalitu, ale usiluje sa aj nájsť výklad, ktorý ho ukáže ako osobnosť s cieľom, ktorý má byť splnený; snaží sa nájsť ospravedlnenie svojej existencie. Snaží sa o pochopenie všetkého, čo je, a do toho umiestňuje svoju vlastnú existenciu. Tvarové zákony organizácie predstavujú vrodenú snahu o vytváranie zmysluplných, jednotných tvarov zo všetkých zložiek skúsenosti. Franklova vôľa ku zmyslu môže byť považovaná za inú cestu k uchopeniu toho istého pojmu, pričom zdôrazňuje schopnosť človeka vnímať alebo nachádzať zmysel naviac aj v tom, čo byť môže. Zdá sa, že vôľa ku zmyslu je v súlade s ľudskou motiváciou, o ktorej hovorí väčšina teórií osobnosti. Berie do úvahy všetky rozmanitosti správania, ktorými sa tieto teórie zaoberajú, a usporadúva motívy do väčšieho súladu.[33]

Zhrnutie

Vôľa ku zmyslu je vôľa, snaha, túžba človeka po zmysluplnosti existencie. Je to vôľa vidieť, organizovať a vykladať jednotlivé podnety ako zmysluplné celky. Cieľom tejto organizačnej tendencie nie je len čo najlepšie usporiadanie percepčných podnetov umožňujúcich adaptáciu človeka na vonkajšie podmienky, ale súčasne pomáha človeku nájsť čo najprimeranejší a najúplnejší výklad, ktorý mu ukazuje seba samého s určitým cieľom, ktorý má byť splnený, aby bol tento tvar naplnený. Z primárnych tendencií po perceptuálnej organizácii prichádza Frankl aj k snahe o organizáciu skúsenosti v existenciálne významnom zmysle. Vôľa ku zmyslu má byť výrazom tejto snahy. Táto vôľa sa týka aj toho, čo môže byť. Vôľa ku zmyslu je v súlade s tvarovou psychológiou, ako aj s teóriou motivácie väčšiny teórií osobnosti.

[33] Porov. *ibid,* s. 17-18 (s. 24-25). Boroš hovorí, že koncepcia zmyslu života je centrálna funkcia Self človeka, ktorá integruje prežívanie subjektu (Ja) a objektu (svet). Na základe tejto integrácie potom individuálna koncepcia zmyslu života reguluje správanie človeka takým spôsobom, ktorý umožňuje optimálne uplatniť jeho potencionality tam, kde to práve on sám, respektíve spoločnosť potrebuje. (Porov. BOROŠ, J. Psychologické aspekty zmyslu a kvality ľudského života (so zreteľom na stredoškolákov, vysokoškolákov a dôchodcov). *Pedagogická revue,* 2000, roč. 52, č. 1, s. 52-62 [60]).

3.1.2 Zmysel je transcendentný[34]

Transcendencia hodnoty voči aktu

Hodnota je vzhľadom na akt, ktorý k nej smeruje, stále transcendentná. Fenomenológia hovorí, že tak, ako je to s hodnotou, je to aj s poznávacím aktom.[35] V poznaní predmetu ako reálneho predmetu je už obsiahnuté to, že človek uznáva realitu predmetu nezávislú od toho, či ho niekedy niekto fakticky poznáva. To isté platí aj o predmetoch hodnotového poznania. Krása ženy ostáva krásou bez ohľadu na to, či jej krása niekoho vzrušuje. Estetické a etické hodnoty tak, ako aj predmety poznania, vyžadujú pre svoje uchopenie dva adekvátne akty, ktorými sú transcendencia predmetov voči aktom, ktoré k nim smerujú, a ich objektivita.[36]

[34] *„Transcendencia má etymologický základ v latinskom slove transcendere – presiahnuť, prekročiť. V najvšeobecnejšom význame poukazuje na prekročenie hraníc akéhokoľvek celku alebo systému.“* (SLAVKOVSKÝ, A. Skúsenosť ako východisko personálneho a mimopersonálneho chápania transcendencie. In *Aktuálne otázky filozofického personalizmu s výhľadom do budúcnosti*, Acta philosophica tyrnaviensia 7, Trnava: Katedra filozofie FH TU v Trnave 2002, s. 85). Dôležité je upozorniť na pojem slova transcendencia. Janát hovorí, že v dôsledku sekularizácie novovekého myslenia od Descartovho subjektivizmu cez pozitivizmus až po dnešný postmoderný relativizmus došlo k posunu významu slova transcendencia a obrátenie jej smeru. Janát ďalej hovorí, že Frankl rehabilituje autentický zmysel slova transcendencia ako určitú výzvu k dokonalosti, hoci z platformy ľudskej autonómie a imanencie nikdy neuskutočniteľnú. Výzvu, ktorú mal kedysi na mysli Platón, preto v tomto zmysle Janát považuje Frankla za platonika. (Porov. JANÁT Viktor Emil Frankl a příběh XX. století. *Československá psychologie,* s. 261). Možno zhrnúť, že Frankl pod pojmom transcendencia myslí to, čo prekračuje človeka. Niektorí nesprávne zamieňajú pojem transcendentna u Frankla s pojmom Boh, čím ho zužujú.

[35] Tieto otázky sa objavujú už u Husserla. (Porov. CORETH, E. *Co je člověk. Základy filozofické antropologie.* 1. vyd. Přel. B. Vik. Praha: Zvon, 1994*,* s. 42-43).

[36] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 53-55 (čes. vyd.: s. 55-57). Transcendencia zmyslu vyplýva zo samotného pojmu „mať zmysel“. Čokoľvek: slová, predstavy, myšlienky, veci, činnosti, život alebo svet ako celok má zmysel vtedy, ak odkazuje na niečo mimo seba, ako je ono samo. (Porov. PALENČÁR, M. Človek a zmysel. *Filozofia,* 1995, roč. 50, č. 4, s. 248-251 [249]).

Človek siaha po zmysle za seba samého

„Človek siaha za seba samého po nejakom zmysle, ktorý má byť naplnený.“[37] *„Je utvorený a nasmerovaný na niečo, čo je viac, než je on sám.“*[38] Podstata ľudskej existencie spočíva v sebatranscendencii.[39] Byť človekom znamená byť zameraný a nastavený na niekoho alebo na niečo, byť oddaný nejakému dielu, ktorému sa človek venuje, nejakému človeku, ktorého miluje, alebo Bohu, ktorému slúži. Takáto sebatranscendencia presahuje rámec všetkých obrazov človeka, ktoré v zmysle akéhosi monadologizmu predstavujú človeka ako bytosť, ktorá nesiaha za seba samu.[40] Sebapresahujúce a existenčné fenomény zmyslu človeka sú rozoznateľné v jeho duchovnej dimenzii. Pri objavovaní zmyslu sa ľudské bytie stále presahuje.[41]

Transcendentnosť zmyslu overuje medzná životná situácia

Frankl píše, že v koncentračnom tábore boli ľudské praschopnosti sebadištancu a sebatranscendencie[42] existenciálne overované, teda presahovania seba samého v ľudskom bytí, ktoré sa vzťahuje k niečomu, čo nie je samo sebou.[43] Tábor prežili väčšinou tí, ktorí sa orientovali na budúcnosť, na nejaký zmysel, ktorého naplnenie na nich čakalo v budúcnosti. K prežitiu Frankla, keď v tábore ochorel na škvrnitý týfus, prispelo v neposlednom rade jeho odhodlanie zrekonštruovať stratený rukopis knihy *Lekárska starostlivosť o dušu*, čo aj uprostred choroby začal.[44]

V oddaní je človek sám sebou

Iba ak sa človek oddá nejakej veci, utvára svoju vlastnú osobnosť.[45] V miere, v akej sa jedinec týmto spôsobom oddáva (službe veci alebo láske osobe), realizuje samého seba.[46] Čím viac plní svoju úlohu, čím viac sa venuje svojmu partnerovi, tým viac je človekom, a tým viac je sám sebou.[47]

---

[37] FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 16 (čes. vyd.: s. 11). Reker a Wong hovoria, že stupeň sebatranscendencie, ktorú indivíduum realizuje, hovorí o hĺbke zmyslu jeho života. Klasifikujú štyri stupne hĺbky, a to: 1. zaujatosť sebou – hľadanie hedonistického uspokojenia a komfortu, 2. individualizmus – realizácia osobného potenciálu, 3. kolektivizmus – služba iným a účasť na verejných sociálnych a politických záležitostiach, 4. sebatranscendencia – vzťahovanie sa k hodnotám presahujúcich jednotlivca smerom ku zmyslu celého sveta a konečného zmyslu. (Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 227).

[38] *„...ist immer schon ausgerichtet und hingeordnet auf etwas, das nicht wieder er selbst ist,...“* FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 174 (čes. vyd.: s. 11).

[39] Vo filozofii, napríklad u Kanta ako „transcendentálne Ja“, hrá sebaprekračovanie významnú rolu v gnozeológii a etike. Tieto názory sú významné aj zo psychologického hľadiska. Myslením sa človek povznáša nad svoje vlastné záujmy i nad záujmy blížnych. Môže premýšľať o význame a zmysle celého kozmu a z tejto perspektívy sa pozorovať a začleňovať. (Porov. BENESCH *Encyklopedický atlas psychologie,* s. 263).

[40] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 145-146 (čes. vyd.: s. 103).

[41] Porov. FRANKL, V. E. *Das Leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie für heute.* 9. Aufl. Freiburg. Basel. Wien: Herder, 1977. Herderbücherei. Bd. 4030*,* s. 93.

[42] Smékal prekladá pojem „Selbst-Transzendenz“ ako „sebatranscendencia“ a Balcar ako „sebapresah“. Podobne je pojem „Selbst-Distanzierung“ u Smékala „sebadištanc“ a u Balcara „sebaodstup“. (Porov. HALAMA, P. Teorie a terapie neuróz. *Československá psychologie,* 2000, roč. 44, č. 1, s. 90-91 [90-91]). V knihe sú tieto pojmy prekladané podľa Smékala.

[43] Smékal hovorí, že hlboká osobná skúsenosť Frankla v medzných životných situáciách ho priviedla k jeho teórii (popri výsledkoch pozorovania klientov a účinku psychoterapeutického pôsobenia založeného na obnove zmyslu života). Teda Frankla viedli nie nejaké apriórne etické predpoklady, ale empirická validizácia, ktorá je nesporne viac ako iba subjektívnym dôkazom oprávnenosti teoretických východísk. (Porov. FRANKL, V. E. *Člověk hledá smysl. Úvod do logoterapie.* Přel. Z. Trtík. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství J. Kocourek, 1994. Ed. Psychoterapie. Sv. 5*,* s. 5).

[44] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 75-77 (čes. vyd.: s. 77-79).

[45] Čačka hovorí, že samotná podstata ľudskej existencie spočíva v jednote zamerania až sebatranscendencii, a to v náväznosti na dosiahnutú úroveň vzdelanosti a životnej múdrosti. Obsah vlastného zamerania môže byť pritom značne variabilný. Ľudská osobnosť nie je iba systém schopností, osvojených adaptačných mechanizmov, či individuálnych rysov. Životná naplnenosť človeka, a do značnej miery aj jeho duševné zdravie, nespočíva iba v nejakom hľadaní, adekvatnej adaptácii, či v životnom štýle, ale predovšetkým v tom „byť na niečo a na niekoho zameraný a niečomu oddaný.“ (Porov. ČAČKA, O. *Psychologie vrstev duševního dění osobnosti a jejich autodiagnostika.* 2., opr. a dopl. vyd. Brno: Doplněk, 1998, s. 347).

[46] Názor, že zmyslom ľudského života nie je sebarealizácia, ale sebatranscendencia, patrí podľa Janáta medzi najdôležitejšie Franklove tézy. (Porov. JANÁT Viktor Emil Frankl a příběh XX. století. *Československá psychologie,* s. 261). Maslow hovorí v podobnom zmysle, že pri pokuse komplexného postoja k Self alebo k Egu u sebaaktualizujúceho sa človeka, sa dospeje k protikladu. Sila Ega dosahuje najvyššiu hodnotu práve u toho človeka, ktorý najľahšie na Ego zabúda alebo ho transcenduje, ktorý sa najlepšie dokáže zamerať na problémy, najlepšie vie zabúdať na seba a je najspontánnejší vo svojich činnostiach. (MASLOW, A. H. *Ku psychológii bytia.* Prel. M. Bača. Bratislava: Persona, 2000, s. 63-64).

[47] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 68 (čes. vyd.: s. 64).

Zhrnutie

Poznávanie reálneho predmetu, ako aj hodnota vyžaduje jednak jeho objektivitu, jednak transcendenciu predmetu voči aktu, ktorý k nemu smeruje. Podstata ľudskej existencie spočíva v sebatranscendencii. Byť človekom znamená byť oddaný nejakej veci, byť zameraný a nastavený na niekoho alebo na niečo, čím sa človek realizuje, rozvíja, je sám sebou a siaha po nejakom zmysle, ktorý má byť naplnený. Transcendenciu zmyslu overuje medzná životná situácia. Všetky duchovné tradície hovoria o sebatranscedencii, aj keď v rôznych podobách.[48]

3.1.3 Zmysel má byť hľadaný[49]

Zmysel je niečo objektívne, nie subjektívne

Tak zmysel, ako aj hodnoty, sú viac ako iba sebavyjadrením samotného subjektu. Sú viac ako vyjadrením vnútorného života človeka, či už v zmysle sublimácií, ako by ich vysvetlila psychoanalýza, alebo sekundárnych racionalizácií v zmysle archetypov kolektívneho nevedomia. Keby zmysel a hodnoty boli iba niečím, čo sa vynára zo samotného subjektu, a nie niečím, čo vyrastá zo sféry mimo človeka a nad človekom, stratili by svoju povahu

[48] Heller hovorí, že obrat od môjho Ja k Ty je v pozadí všetkých teistických systémov, kde Ty je Boh, Hospodin, Otec, Syn, Duch Svätý, Alláh o podobne. Heller hovorí, že tento obrat je v pozadí aj u zdanlivo nenáboženských riešení západných kultúrnych tradícií, keď ide o rodinu, skupinu, národ či ľudstvo. Všetky tieto veci zastupujú Ty, umožňujú stotožniť sa s ním, a tak viac, či menej odkladať bremeno Ja. Toto ukazujú všetky karmové systémy od hinduizmu, budhizmu, vrátane jogy až po taoizmus. (Porov. HELLER, J. Osvobození od „Já". *Křesťanská revue,* 1994, roč. 61, č. 9, s. 227-229 [226]). V kresťanskej tradícii sa v súvislosti so zmyslom života zdôrazňuje, že je potrebné poodstúpiť od seba, urobiť kopernikovský obrat, teda uvedomiť si, že stred nášho života leží mimo nás. Na to treba radikálne sebavzdanie, oslobodenie od všetkého, čo prekáža elánu nášho srdca, našej duše a našich síl. (Porov. FLIPO, C., SJ Smysl našeho života. *Jezuité,* 1993, roč. 2, č. 4, s. 104-105 [105]).

[49] Zmysel musí byť hľadaný preto, lebo človeka presahuje. Zmysel je niečo, čím možno byť skôr „obdarovaný". Zmysel nie je niečo, pre čo sa človek rozhoduje, tak, ako sa rozhoduje pre nejaký cieľ (ako sa napríklad rozhodne študovať na vysokej škole). Ale práve preto, aby bolo rozhodnutie zmysluplné, musí byť začlenené do niečoho ďalšieho, čo si človek nevyberá a čo by mal skôr hľadať.

nároku. Nemohli by byť pre človeka výzvou, pre ktorú má mobilizovať všetky svoje sily. Objektivita zmyslu vychádza z chápania fenoménu ľudského bytia v dvojakom jeho aspekte. Prvým je existencia so svojou subjektivitou a druhým je logos s jeho subjektivitou.[50]

Zmysel má byť hľadaný

„Zmysel nemôže byť daný, ale musí byť hľadaný."[51] V živote človeka nejde o dodanie zmyslu, ale o hľadanie zmyslu.[52] Napríklad Rorschachovej tabuľke sa dáva zmysel na základe pacientovej subjektivity. Zmysel života[53] nie je iba niečo subjektívne, výraz súkromného alebo osobného svetonázoru. Zmysel je niečo objektívne, výsledok experimentálno-psychologického skúmania. Max Wertheimr poukázal, že v každej jednotlivej situácii je obsiahnutý charakter požiadavky objektívnej kvality, zmysel, ktorý má osoba, s touto situáciou konfrontovaná, naplniť. Vôľa po zmysle smeruje k tvarovému správaniu.[54] To, čo je pri nachádzaní zmyslu vnímané, je možnosť, ktorá existuje

[50] Porov. FRANKL, V. E. Dynamika a hodnoty. *Československá psychologie,* 1990, roč. 34, č. 6, s. 542-547 [545-546].

[51] *„Sinn kann nicht gegeben, sondern muß gefunden werden."* FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 181 (čes. vyd.: s. 17).

[52] Porov. *ibid,* s. 181-182 (s. 17-18). Rogers hovorí, že „človek zajtrajška" (človek, ktorý bude schopný v budúcnosti žiť) je človek, ktorý stále hľadá, lebo chce nájsť cieľ a zmysel života, presahujúci individuálny život. (Porov. ROGERS, K. R. *Způsob bytí. Klíčová témata humanistické psychologie z pohledu jejího zakladatele.* Přel. J. Krejčí. 1. vyd. Praha: Portál 1998, s. 286-288). Stripajová hovorí, že človek nemôže jestvovať bez zmyslu života, nemôže žiť v bezzmyslovosti, preto každú, aj zdanlivú, neistotu odkrytého relatívneho zmyslu problematizuje a hľadá ďalej. Tak sa stáva hľadanie a problematickosť podstatnou črtou zmysluplnosti reality a života. Ide o odkrývanie zmyslu, ktorý nemožno nikdy vcelku postihnúť ako fenomén, nemožno ho empiricky poznať a ovládnuť. Sprítomňuje sa v existenciálnom hľadaní. Predpokladom je, aby človek rezignoval na bezprostrednú danosť zmyslu a aby akceptoval zmysel ako cestu. (Porov. STRIPAJOVÁ *Zmysel ľudského života,* s. 56).

[53] Pojem „zmysel života" je v anglickej literatúre u iných autorov niekedy uvádzaný ako „existential meaning". (Porov. HALAMA, P. Exploring Existential Meaning: Optimizing Human Development Across the Life Span. Recenzia. *Československá psychologie,* 2000, roč. 44, č. 1, s. 91-92 [91]). Viac je v časti o pojme zmyslu života v iných teóriách.

[54] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 25-26 (čes. vyd.: s. 16-17).

na pozadí skutočnosti. Človek vidí, že existuje možnosť túto skutočnosť nejakým spôsobom zmeniť.[55]

Zmysel, ktorému človek nerozumie, odhaduje

Za určitých okolností nemusí človek zmyslu rozumieť. V takom prípade človek zmysel iba odhaduje. Toto však neznamená, že to robí svojvoľne. Človek má právo na výklad, ale nie je pri tom zbavený zodpovednosti za správnosť výkladu. V každej situácii existuje iba jediný správny výklad[56] a človek sa má rozhodnúť *„podľa najlepšieho vedomia a svedomia.“* [57]

[55] Porov. FRANKL, V. E. *Theorie und Therapie der Neurosen.* 5. erw. Auf. München-Basel: E. Reinhardt, 1983, s. 16 (Čes. vyd.: *Teorie a terapie neuróz. Úvod do logoterapie a existenciální analýzy.* Prel. K. Balcar. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999*,* s. 12).

[56] Franklovmu vyjadreniu „jediný správny výklad“ je potrebné rozumieť správne. Nesprávne chápanie by bolo, keby sa vnímal život človeka akoby vopred „napísaný“ (v súvislosti s vierou sa to môže nesprávne vykladať ako božia prozreteľnosť). Úloha človeka by bola potom iba v každej chvíli uhádnuť, čo sa má robiť, aký krok urobiť alebo ako sa rozhodnúť. Človek by to buď uhádol a šiel by po dobrej ceste, alebo neuhádol, a potom by šiel do katastrofy. Tento výklad je deterministický, fatálny, privádza človeka do úzkosti a nezhoduje sa s kontextom Franklovej teórie vôle ku zmyslu. Nie je však jedno, aký krok človek v každej situácii urobí. Každým krokom, rozhodnutím človeka sa otvára nový „vesmír“ a v každom tom „vesmíre“ sa potom realita odvíja iným smerom. Takých „vesmírov“ je nekonečne veľa. Jeden z nich je práve ten, v ktorom jedinec práve žije. Frankl hovorí, že niektoré rozhodnutia sú horšie a niektoré lepšie a jedinec sa má snažiť rozhodnúť sa čo najlepšie. Avšak to, pre čo sa má človek rozhodnúť, nie je vopred napísané, ale človek vytvára skutočnosť a ďalšia budúcnosť sa tvorí podľa jeho rozhodnutia. Dôsledok je taký, že hoci sa na jednej strane človek môže rozhodnúť lepšie alebo horšie (a jeho konanie môže spôsobiť aj negatívne účinky), na druhej strane v každom momente života môže človek prehodnotiť situáciu (život) a usporiadať ho tak, aby bol zmysluplnejší, s vedomím, že niečo sa už vrátiť a opraviť nedá. Frankl nevníma človeka oddeleného od života, ale rozhodnutia človeka vníma ako súčasť životného diania od minulosti do budúcnosti, od príčin k následkom. Človek nie je v pozícii akéhosi „božieho oka“, ktoré všetko objektívne sleduje, lebo také niečo nie je možné. Človek len odhaduje, čo je v danej situácii najdôležitejšie. Žiadne zaručené kritérium neexistuje. Až skúsenosť spätne osvetľuje, či a nakoľko sa rozhodol správne, hoci istotu nenadobudne do konca života. Objektívne správne rozhodnutie existuje, ale človek ho nepoznáva s istotou.

[57] FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 56-57 (čes. vyd.: s. 58-59).

Dávanie zmyslu vedie k moralizovaniu

Frankl hovorí,[58] že dávanie zmyslu by viedlo k moralizovaniu. Dávať zmysel by nemal ani vychovávateľ, ani psychiater. Frankl ďalej hovorí, že morálka sa bude ontologizovať, existencializovať a fenomenologizovať. Skôr či neskôr sa už totiž nebude moralizovať, ale morálka sa bude ontologizovať. Dobré a zlé sa nebude definovať v zmysle, čo sa má a nemá robiť, ale dobrým sa bude javiť to, čo podporuje naplnenie zmyslu, a zlým, čo naplnenie zmyslu brzdí. Morálka bude existencializovaná. Hodnotám sa totiž nedá učiť, hodnoty sa musia žiť. Nemožno dať životný zmysel inému (okrem príkladu druhého). Na otázku o poslednom zmysle ľudského utrpenia a života neexistuje intelektuálna, ale iba existenciálna odpoveď.[59] Existujú samozrejme pokusy o autoritatívnu odpoveď, keď jeden vnucuje druhému zmysel a hodnoty. Frankl ďalej hovorí, že morálka bude fenomenologizovaná. Človek nielenže hľadá zmysel, ale ho tiež nachádza trojakým spôsobom: zmysel vidí v robení niečoho (vytvorení niečoho) alebo ho vidí v prežití niečoho v láske, alebo nachádza zmysel v beznádejnej situácii a v utrpení. Život je pre človeka reťazou situácií, do ktorých je postavený, ktoré má potom nejakým spôsobom zvládnuť, ktoré majú vždy nejaký zmysel a ktoré sa týkajú iba jeho. Prapôvodné sebaporozumenie mu hovorí, že musí nasadiť všetko, aby tento zmysel našiel a objavil. Fenomenológia nerobí žiadne hodnotové súdy o faktoch, ale zisťuje hodnotové skúsenosti človeka. Pomoc je potom možná iba v tom zmysle, že je predkladané iba poznanie o možnostiach nájsť v živote zmysel, ktoré fenomenológia vypracovala.[60]

[58] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 28-31 (čes. vyd.: s. 18-20).

[59] Podobne ako Frankl hovorí o existenciálnom chápaní morálky, sa hovorí aj vo filozofii, že neexistuje spôsob odovzdať to najdôležitejšie, o čo vo filozofii ide. Nedá sa tomu naučiť a neexistuje na to technický návod, ale i napriek tomu je filozofovanie zmysluplné. Na problém filozofie, podobne ako na problém utrpenia, neexistuje intelektuálna, ale iba existenciálna odpoveď.

[60] Na hodnoty sa Frankl nedíva ako na fakty, ale ako na javy, takže spôsob, ako možno pomáhať druhým, vidí vo vyjasňovaní tých pohľadov, s ktorými človek prichádza. Frankl nepredkladá človeku niečo z pohľadu „božieho oka“, akoby nadiktované zhora, ale pokúša sa iba vniesť pohľad do toho, s čím človek prichádza. Fenomenológia znamená pre Frankla očisťovanie pohľadu, vniesť viac svetla do problému. Neznamená dať človeku niečo zvonku, ale pomáhať mu, aby on sám svoj vlastný pohľad očisťoval. Najprv ale on sám, ktorý prichádza, musí chcieť. Príkladom pomoci pri hľadaní zmyslu je výchovný program Blanky Kudláčovej, ktorý je uvedený v prílohe (Príl. č. 1).

I napriek tomu, že sa zmysel dodať nedá, pomocou pri jeho hľadaní je svedectvo iného človeka, že život zmysel má, za všetkých okolností, dokonca aj v utrpení.[61]

Zhrnutie

Zmysel nie je vec subjektivity, vec súkromného a osobného svetonázoru, zmysel si človek nedáva. Zmysel je vec objektivity, vec experimentálno-psychologického skúmania, zmysel človek hľadá. Ak zmyslu človek nerozumie, má ho podľa najlepšieho vedomia a svedomia odhadnúť. Dávať zmysel nemá ani vychovávateľ, ani psychiater. Dávanie zmyslu vedie k moralizovaniu. Pri hľadaní zmyslu pomáha svedectvo iného človeka.[62]

[61] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 183-184 (čes. vyd.: s. 20).

[62] V súvislosti s hľadaním zmyslu života treba ešte spomenúť proces, ako sa zmysel vytvára. Na vytváraní zmyslu sa podieľajú určité faktory. Prvá skupina faktorov je makroštruktúra ako celkové kultúrne, etnické a sociodemografické pozadie, determinujúce hodnotový systém jednotlivca. Druhá skupina faktorov je mikroštruktúra ako oblasť konkrétneho života jednotlivca, zahrňujúca jeho vzťahy, skúsenosti, osobité charakteristiky a subjektovú aktivitu. Táto rôznorodosť viedla viacerých autorov k pokusu kategorizovať zdroje vytvárania zmyslu života do skupín. Lukasová vo svojom výskume zistila deväť obsahových kategórií zmyslu života: vlastné blaho, sebarealizácia, rodina, hlavné zamestnanie, societa, záujmy, zážitky, služba nejakému presvedčeniu, vitálne potreby. (Porov. LUKAS, E. Zur Validierung der Logotherapie In FRANKL, V. E. *Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vorträge über Logotherapie. Mit einem Beitrag von Elisabeth S. Lukas.* Bern-Stuttgart-Wien: Verlag Hans Huber, 1972, s. 233-266. (Čes. vyd.: *Vůle ke smyslu. Vybrané přednášky o logoterapii. S příspěvkem Elisabeth S. Lukasové.* Přel. V, Jochman. Brno: Cesta, 1994, s. 183-203)) De Vogler a Ebersole medzi univerzitnými študentmi klasifikovali osem kategórií: poznávanie, vzťahy, služba, život podľa nejakého presvedčenia, sebavyjadrenie, získavanie materiálneho zabezpečenia, osobný rast a hedonistické hľadanie spokojnosti. Na tvorenie zmyslu pôsobí aj vek. (Porov. DE VOGLER, K. L. – EBERSOLE, P. Categorization of college students, meaning of life. *Psychological Reports,* 1980, roč. 46, s. 387-390).

3.1.4 Zmysel nie je vytvorený

Hľadanie zmyslu nie je subjektívne vytváranie

Zmysel *„nemôže byť vytvorený.“*[63] Vytvoriť sa dá iba subjektívny zmysel, pocit zmyslu alebo nezmysel. Človek, ktorý nie je schopný nájsť zmysel vo svojom živote (o to menej ho vymyslieť), uteká pred pocitom bezzmyselnosti a vytvára si alebo niečo subjektívne, alebo nezmysel.[64] Niečo subjektívne sa odohráva v opojení (napríklad drogou), v ktorom mu hrozí, že mu unikne skutočný zmysel, skutočné úlohy vonkajšieho sveta, na rozdiel od zdanlivých zážitkov zmyslu v jeho vnútornom živote. Nezmysel, ktorý si človek vytvára, sa dá porovnať s absurdným divadlom.[65]

Zhrnutie

Zmysel nemôže byť vytvorený, lebo vytvoriť sa dá iba subjektívny zmysel, pocit zmyslu alebo nezmysel. Zmysel sa vytvára v úteku pred pocitom bezzmyselnosti. Príkladom je opojenie drogou. Vytváranie zmyslu sa podobá absurdnému divadlu, pričom skutočný zmysel tak uniká.

[63] *„...kann aber nicht erzeugt werden...“* FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 182 (čes. vyd.: s. 18).

[64] Hľadanie zmyslu v protiklade s jeho dodaním alebo vytvorením nachádzame u Siddhárthu v diele Hesseho, nemeckého spisovateľa. Počas životného hľadania sú Siddhárthovi ponúkané rôzne alternatívy, ale i napriek tomu, že je v každej životnej etape úspešný, po čase poznáva, že zmysel nenašiel, a hľadá ďalej. (Porov. HESSE, H.: *Souborné dílo V. Demian. Klingsor. Siddhártha.* 1.vyd. Přel. V. Slezák. Olomouc: ARGO Moravské tiskárny, 2000, s. 265-345) Rozdiel medzi hľadaním a vytvorením (dodaním) zmyslu je analogický s rozdielom medzi princípom „etiky charakteru“ a „etiky osobnosti“ u Coveyho, súčasného amerického autora niekoľkých úspešných psychologických kníh. Covey hovorí, že úspech v živote súvisí s hľadaním harmónie, s hľadaním pochopenia medziľudských vzťahov, s hľadaním aktívnej životnej filozofie, ako to hlása „etika charakteru“, a že na úspech niet jednoduchého návodu, rady alebo techniky, ako hlása „etika osobnosti“. (Porov. COVEY, S., R. *7 návykov pre úspešný a harmonický život. Ako zdokonaliť seba a svoje vzťahy s ľuďmi.* Prel. M. Hrebičková. Bratislava: OPEN WINDOWS, 1994, s. 17-20).

[65] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 182 (čes. vyd.: s. 18-19). Absurdné divadlo dokáže rozohrať presvedčivejšie absurdné situácie, ktoré by v obyčajnom literárnom texte nevyzneli. Absurdita je tu životným pocitom bezmocného človeka – ľudskému životu chýba zmysel, neexistuje schopnosť komunikácie a vládne pocit odcudzenia. (Porov. PROKOP, V. *Přehled světové literatury 20. století pro výuku literatúry na středních školách.* Sokolov: O.K.- Soft, 2001, s. 41).

3.1.5 V hľadaní zmyslu vedie človeka svedomie

Svedomie je schopnosť odhaliť zmysel

„Musí existovať možnosť nájdenia zmyslu. V hľadaní zmyslu vedie človeka jeho svedomie. Svedomie je orgánom zmyslu a možno ho definovať ako schopnosť odhaliť jedinečný a neopakovateľný zmysel, skrytý v každej situácii, "[66] schopnosť percipovať zmyslové tvary v konkrétnych životných situáciách.[67]

Svedomie nabáda čeliť osudu

Svedomie nabáda človeka, aby čelil osudu za všetkých okolností a podmienok, žiada od neho, aby svoj osud vytváral, aby konal, aby zobral osud do svojich rúk tam, kde je to len možné, a aby bol pripravený, keď je to nutné, znášať utrpenie svojho života.[68]

Vôľa ku zmyslu ľutuje zmeškané príležitosti

Strach zo svedomia sa nevzťahuje len na skutky konania, ale aj na všetky premárnené príležitosti a šance, ktoré človek v živote zahodil. Vôľa ku zmyslu ľutuje zmeškané príležitosti, ktoré boli ponúknuté na uskutočnenie.[69]

Svedomie je omylné

Svedomie je intuitívna schopnosť a patrí k špecificky ľudským fenoménom. Neoddeliteľne patrí k človeku, lebo sa podieľa na jeho ľudskom postavení a je podrobené jeho konečnosti a omylnosti. I napriek tejto neistote má mať človek odvahu svedomie poslúchať.[70] Svedomie môže človeka viesť tiež nesprávne. Ba čo viac, až do posledného okamihu svojho života človek nevie, či naplnil zmysel svojho života, alebo sa mýlil.[71] Nevie, či jeho svedomie nepodľahlo klamu, alebo či svedomie druhého človeka nemohlo mať pravdu. Možnosť, že sa svedomie mohlo mýliť, neznamená, že žiadna pravda neexistuje. Môže existovať iba jedna pravda, hoci nikto nemôže vedieť, či je to on a nie iný, kto ju pozná.[72]

Vedomie omylnosti svedomia prináša toleranciu

K tejto neistote patrí pokora, s ktorou je spojená tolerancia.[73] Tolerancia ale neznamená indiferenciu, lebo rešpektovať vieru niekoho, kto verí niečomu inému, ešte neznamená identifikovať sa s ňou.[74]

Svedomie je potrebné pestovať

Svedomie je potrebné pestovať, aby malo schopnosť odhaliť požiadavky, ktoré kladie každá situácia. V každej situácii je človek konfrontovaný s novým *„príkazom"*[75], ktorý by mal byť schopný prijať. Potom sa mu javí život zmysluplným.[76] Úlohou výchovy je sprostredkovať poznanie k zušľachťovaniu

---

[66] *„Sinn muß aber nicht nur, sondern kann auch gefunden werden, und auf der Suche nach ihm leitet den Menschen das Gewissen. Mit einem Wort, das Gewissen ist ein Sinn-Organ. Es ließe sich definieren als die Fähigkeit, den einmaligen und einzigartigen Sinn, der in jeder Situation verborgen ist, aufzuspüren."* FRANKL, V. E. *Der unbewußte Gott. Psychoterapie und Religion.* 7. Aufl. München: Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co., 1988, s 71.

[67] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 26 (čes. vyd.: s. 17).

[68] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 55 (čes. vyd.: s. 53-54).

[69] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 103.

[70] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 56 (čes. vyd.: s. 58).

[71] Hargašová hovorí, že počas života sa poznanie zmyslu života stále prehlbuje. Zmysel života totiž predstavuje syntézu dvoch stránok ľudskej existencie, zjednotenie subjektu a objektu, zjednotenie ja a svet. V priebehu života môže človek dosiahnuť rozličné stupne tejto integrácie. Ich predpokladom je pochopenie seba a okolitého sveta, čo neprebieha oddelene. Seba človek poznáva cez okolitý svet a okolitý svet cez seba. Postupná integrácia seba a sveta vedie k uvedomovaniu si významu života pre seba a seba pre život. (Porov. KUDLÁČOVÁ, B. Mladý človek a jeho hľadanie zmyslu života. *Vychovávateľ,* 1999, roč. 42, č. 5–6, s. 19-22 [19]).

[72] Porov. FRANKL *Der unbewußte Gott,* s. 71-72.

[73] Toleranciu, v súvislosti s pokorou, chápe Frankl ako ochotu konfrontovať vlastné presvedčenie s odlišným presvedčením iného človeka, s uznaním nie iba vlastnej dôstojnosti, ale tiež dôstojnosti iného, schopnosti nie iba druhých znášať, ale aj ich pochopiť a byť ústretový k životným koncepciám druhých. Frankl uplatňuje prístup k človeku z hľadiska práv osoby, a nie z hľadiska „práva na pravdu".

[74] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 56 (čes. vyd.: s. 58). Hlavatý hovorí, že ťažké riešenie dnešných náboženských pnutí, ako aj národnostných a rasových sporov predpokladá skutočné vyrovnanie sa s pluralitou. Toto vyrovnanie nemôže mať podobu straty vlastnej identity. (Porov. HLAVATÝ, P. Smysl dneška – přemítání s Viktorem Franklem. Recenze na Viktor E. Frankl: Vůle ke smyslu. *Prostor,* 1994, roč. 8, č. 29, s. 171-173 [173]).

[75] *„...Gebote..."* FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 183 (čes. vyd.: s. 19).

[76] Porov. *ibid,* s. 182 (s. 19).

svedomia, aby človek v každej situácii dostatočne jasne počul požiadavku, ktorá je v nej obsiahnutá.[77] Ďalšou úlohou je *výchova k zodpovednosti"*[78], pričom byť zodpovedný znamená byť schopný výberu. Dnešný človek žije presýtený podnetmi a potrebuje sa učiť rozlišovať, „*čo je a nie je pre neho podstatné, čo má a čo nemá pre neho zmysel, za čo má a za čo nemá niesť zodpovednosť."*[79] Človek je zodpovedný za to, aby film, rozhlas, kniha, časopis a všetko, čo vplýva na masy, neboli iba symptómami dnešnej chorej doby, ale aby boli liečebným prostriedkom.[80]

Zhrnutie

Svedomie je schopnosť človeka odhaliť jedinečný a neopakovateľný zmysel, skrytý v každej situácii. Svedomie nabáda človeka, aby čelil osudu za všetkých okolností a keď je to nutné, aby v živote znášal utrpenie. Svedomie ľutuje zmeškané príležitosti. Svedomie je omylné, človek preto nemá nikdy istotu, či nepodľahlo klamu, alebo či svedomie druhého človeka nemá pravdu. Vedomie toho prináša toleranciu. Svedomie je potrebné pestovať, čo je úlohou výchovy, ktorá má svedomie zušľachťovať a učiť zodpovednosti.

[77] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 27 (čes. vyd.: s. 17-18).

[78] *„...Erziehung zur Verantwortung..."* FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 183 (čes. vyd.: s. 19).

[79] *„...was wesentlich ist und was nicht, was Sinn hat und was nicht, was sich verantworten läst und was nicht." Ibid,* s. 183 (s. 20).

[80] Porov. *ibid,* s. 20 (s. 26). Príkladom je priestor pre výchovu k zodpovednosti v oblasti sexuality u mladých ľudí alebo prípadného nechceného tehotenstva. V roku 1993 bol robený v Olomouci výskum postoja k miniinterrupcii u 1645 respondentov vo veku od 16 do 18 rokov. Závery ukázali, že až 45% mladých ľudí nemá k potratu vyhranený postoj, čo je však paradoxné vzhľadom na ich sexuálnu aktivitu. (Porov. TAVEL, P. – BOSÁKOVÁ, E. Postoj mladých ľudí k miniinterrupcii. In *Varia psychologica 31-1995*, Olomouc: UP, 1995, s. 55-67). Je treba dodať, že pri výchove svedomia zohráva prvoradú úlohu matka a otec. Napríklad Ďuricová pri výskume prežívania zmyslu života u adolescentov s poruchami sociálneho správania zistila, že pre prežívanie zmyslu života je pre adolescentov dôležitá existencia matky a pre adolescentky dôležitá existencia otca. (Porov. ĎURICOVÁ, Z. Prežívanie zmyslu života u adolescentov s poruchami sociálneho správania. Diplomová práca pod vedením E. Klčovanskej. Trnava: FH TU, 2000/2001. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003, s. 3.)

3.1.6 Otázku zmyslu kladie život, nie človek[81]

Ide o to, čo život očakáva od človeka, nie naopak

Každá situácia v živote je pre človeka výzvou a predkladá nejaký problém na riešenie. Človek by sa nemal pýtať, čo je zmyslom jeho života, ale vziať vážne konkrétne otázky, ktoré mu kladie v každej chvíli život.[82] Nie človek sa pýta na zmysel života, ale on je ten, ktorému je táto otázka životom položená a ktorý má na túto otázku odpovedať. Na životné otázky môže človek odpovedať jedine tým, že odpovedá na svoje každodenné bytie.[83] Ide o kopernikovský obrat. Vôbec totiž nezáleží na tom, čo človek očakáva od života, ale na tom, čo život očakáva od neho. Človeku sa kladú otázky. Deň čo deň, hodinu čo hodinu kladie život otázky, na ktoré má človek správne odpovedať.[84]

[81] Kánský hovorí, že otázka zmyslu života má tri dimenzie. Prvá sa týka toho, akú základnú náplň, orientáciu by človek mal dať svojmu životu, čo človek uznáva za najvyššiu životnú hodnotu, čo preniká celým jeho životom, rozumom a citom ako hlavný motív. Druhá sa týka otázky, či stojí vôbec zato ďalej žiť (napríklad aj po údere osudu). Tretia sa týka otázky, aký zmysel má všetko úsilie človeka, jeho zápasy, tragédie i utrpenia, keď si uvedomí fakt smrti. (Cit in BOROŠ, J. Mladý človek a zmysel života. *Osvetová práca,* 1990, roč. 40, č. 4, s. 9–11 [9]).

[82] Porov. FRANKL *Člověk hledá smysl,* s. 71.

[83] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 36-37 (čes. vyd.: s. 43).

[84] Porov. FRANKL, V. E. *...trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager.* München: Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KG, 1982. Bd. 10023, s. 124-125 (Čes. vyd.: *A přesto říci životu ano. Psycholog prožívá koncentrační tábor.* Přel. J. Hermach. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1996, s. 74). Lukasová vysvetľuje, že Frankl varuje pred tým, aby sa človek pýtal života v tomto zmysle: „Prečo je moja dcéra postihnutá?", „Prečo je môj muž pijan? „Prečo ma moja žena podviedla?", „Prečo som ochorel?" Bádanie po „prečo" je síce úspešné, ale zriedka pomôže. Je úspešné, pretože možno ďalekosiahlo špekulovať o príčinách, hľadať príčiny napríklad vo vzťahoch, v dedičnosti, v sociálnom systéme alebo v konštelácii hviezd. Vecou človeka nie sú otázky, ale odpovede, nie „prečo" je pre nás relevantné, ale „preto". Život sa teda pýta „Tvoja dcéra je postihnutá. Čo teraz urobíš?", „Tvoj muž je pijan. Čo s tým urobíš?" „Tvoja žena ťa podviedla. Ako sa budeš tým zaoberať?", „Ochorel si. Ako sa k tomu postavíš?" Odpoveď patrí človeku. „Prečo" – spoznať ho presne, nie je človeku dané. „Preto" – zvolené v konečnej slobode je človeku ponechané. Otázky, ktoré nám kladie život, si nemôžeme vyberať, ale odpovede, ktoré na ne dávame, sú svedectvom nášho najvlastnejšieho duchovného postoja, „odtlačky prstov" nášho Ja. (Porov. LUKAS *Sehnsucht nach Sinn,* s. 13-15). Kašparů, súčasný český psychiater, vysvetľuje túto Fran-

Prebranie zodpovednosti je odpoveďou na zmysel života

Na zmysel života sa človek nemá pýtať, ale odpovedať tým, že preberie zodpovednosť za vlastný život v úplne konkrétnych situáciách. Odpoveď sa nemá dávať v slovách, ale v činoch, v konaní. Život sa tiež nepýta slovami, ale vo forme *„skutočnosti (faktov)“*[85], pred ktorou človek stojí a neodpovedá slovami, ale činom, ktorý vykoná. Nakoľko človek odpovedá skutočnosti, natoľko odpovedá nekonečnej skutočnosti.[86] V zodpovednosti je zmysel ľudskej existencie.[87]

V skepse o zmysle bytia je človek pevným bodom

Posledná alebo prvá otázka radikálnej skepsy patrí zmyslu bytia. Pýtať sa na zmysel bytia je však nezmyselné, lebo bytie zmyslu predchádza. Bytie zmyslu sa pri otázke o zmysle bytia vždy už predpokladá. Bytie je akoby stena, za ktorú nemôžeme ustúpiť, kedykoľvek sa na neho pýtame. Nie je možné a nakoniec je to aj zbytočné, aby si človek dokazoval, že žije. Pochybnosť o tom je bezpredmetná, hovorenie o tom je prázdne. Najradikálnejší skeptik sa tiež správa a myslí ako ten, kto uznáva zákony reality a myslenia. Názor filozofov, že skepticizmus ruší samého seba, je nesprávny. Vo vete „pochybujem o všetkom“ sa rozumie „všetko“ všetko okrem práve tejto vety. Táto veta sa neobracia proti sebe samej a nijako si neprotirečí. Skepsa, tak ako nutkavá neuróza, sa snaží nájsť pevný bod, na ktorom by sa dalo všetko postaviť. Pevným bodom je človek sám.[88]

Zhrnutie

Človek odpovedá na životné otázky, na otázku o zmysle života tým, že odpovedá na svoje každodenné bytie. Nie človek sa pýta, ale naopak, on je opytovaný. Ide o to, čo život očakáva od človeka, nie naopak. To je kopernikovský obrat. Život sa nepýta slovami, ale vo forme skutočnosti a odpoveď sa nedáva v slovách, ale v činoch, v konaní. Odpoveďou človeka je prebranie zodpovednosti, v ktorej je zmysel ľudskej existencie. V skepse o zmysle bytia je pevným bodom človek.

klovu myšlienku takto: *„...nehľadaj, čo ti môže dať život, ale hľadaj, čo ty môžeš dať životu. Nepýtaj sa, koľko radosti nájdeš u iných, ale koľko jej nájdeš v sebe a daruješ iným. Nepýtaj sa iba na cieľ, pýtaj sa tiež na cestu k nemu...“* (Porov. KAŠPARŮ, M. *O radostech lidské duše s Maxem Gašparů.* Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001, s. 34).

[85] *„...Tatsachen...“* FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 234.

[86] Porov. *ibid,* s. 234.

[87] Porov. FRANKL *Člověk hledá smysl,* s. 72.

[88] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 235-236.

3.1.7 Zmysel tiež možno nájsť v tom, čo bolo alebo čo môže byť

Vrcholné okamihy môžu dať zmysel tomu, čo bolo

O zmysluplnosti života tiež rozhodujú životné vrcholné body. Jediný okamih môže dať spätne zmysel celému životu. I keď ide len o jediný zážitok, možno ním merať veľkosť života. Výška horského hrebeňa sa predsa tiež neudáva podľa výšky nejakého bodu v údolí, ale výhradne podľa najvyššieho vrcholu hory.[89]

Človek je schopný nájsť zmysel v tom, čo môže byť

Človek má *„zvláštnu schopnosť vnímať alebo nachádzať zmysel nielen v tom, čo je, ale aj v tom, čo byť môže.“*[90] Je to schopnosť, ktorú Max Scheler nazval schopnosťou slobodného uvažovania o možnom a ktorú označuje ako

[89] Porov. *ibid,* s. 233. Hillman hovorí, že na životopisoch mimoriadnych osobností, kde „neobyčajné odráža obyčajné vo zväčšenom a zosilenom obraze“ je vidieť, ako celý životný príbeh dáva zmysel, keď ho sledujeme spätne od vrcholných udalostí, činov a výkonov. (Porov. ŘÍČAN, P. Klíč k duši. Recenze. *Československá psychologie,* 2000, roč. 44, č. 5, s. 479-480 [479]). Vrcholným bodom, v ktorom možno spätne vidieť hodnotu a zmysel prežitého, je aj napríklad konfrontácia so smrťou. Schmatz, súčasný rakúsky psychoterapeut, ktorý sa už 25 rokov zaoberá psychologickým sprevádzaním umierajúcich ľudí, hovorí, že počas života človek zastáva rôzne funkcie, má postavenie, tituly a hodnosti. Keď ide o smrť, treba povedať, že to nie je vôbec dôležité. Všetci, čo v živote zdanlivo všetko vedia, môžu, sľubujú a všetko ovládajú, stoja zrazu bezradní, bezmocní, bez slov a v neistote a je jedno, akú má človek funkciu, vedomosti, postavenie, moc a tituly. Je jedno, či dotyčný je lekár, sestrička, kňaz, terapeut, sekretárka, technik, či upratovačka. Len jedna otázka je dôležitá: „Kto a aký si teraz ako človek.“ (Porov. SCHMATZ, F. *Zeit zu leben. Lebenskostbarkeiten aus 25 Jahren Lebens- und Sterbebegleitung.* 2. Aufl. Krems/Donau: EFFATA Verlag, 2000, s. 85).

[90] *„...distinctive ability to perceive or find meaning not merely in what is, but in what can be...“* FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 17 (čes. vyd.: s. 25).

faktor, ktorý odlišuje človeka od nižších živočíchov.[91] Crumbaugh a Maholick označujú vôľu po zmysle za špecificky ľudskú schopnosť odhaľovať zmyslové tvary nie iba v tom, čo je, ale aj v tom, čo byť môže.[92]

Zhrnutie

Človek je schopný nájsť spätne zmysel v tom, čo už prežil. Pomáhajú mu v tom vrcholné okamihy, v ktorých možno dať spätne zmysel životu. Človek je tiež schopný nájsť zmysel v tom, čo môže byť v budúcnosti.

3.1.8 Zmysel je niečo konkrétne, jedinečné a neopakovateľné

Jedinečnosť osoby a situácie vytvára jedinečnú úlohu

Každá ľudská osobnosť je niečím jedinečným tak, ako každá jednotlivá životná situácia, ktorá sa vyskytuje iba jedenkrát.[93] Na každú jedinečnú situáciu sa vzťahuje práve daná, konkrétna úloha. Tak môže mať človek iba jednu úlohu, pričom jedinečnosť situácie vytvára absolútnosť tejto úlohy.[94]

Úloha človeka je stále konkrétna

Požiadavka, ktorú na človeka kladie život, a tým aj zmysel existencie, sa mení od človeka k človeku, z okamihu na okamih. Preto nezáleží na všeobecnom zmysle života, ale na zmysle života určitej osoby v danom okamihu. Otázka po zmysle mienená všeobecne by sa podobala otázke položenej šachovému majstrovi: „Povedzte mi, majstre, ktorý ťah je na celom svete najlepší?“ Neexistuje nijaký najlepší alebo dobrý ťah nezávisle od situácie hry a od zvláštnej osobnosti protihráča. To isté platí aj o ľudskej existencii.[95] Ani požiadavku, ani

[91] Porov. *ibid,* s. 17 (s. 25).
[92] Porov. *ibid,* s. 26 (s. 16-17).
[93] Jedinečnosť života a jedinečnosť každej situácie, ktorú život prináša, môže pri povrchnom pohľade viesť k zrelativizovaniu hodnôt a pripomínať situačnú etiku. V skutočnosti je ale práve jedinečnosť života človeka výzvou k hľadaniu a k rozlišovaniu hodnôt, lebo každá situácia má iba jeden, pravý zmysel. Zmysel nie je to, čo človek sám určí, ale to, čo je dané a čo má človek objaviť. (Porov. SEMIVAN, J. *Pomáhať rásť. Morálny vývoj človeka vo svetle psychológie.* Prešov: Vydavateľstvo Michala Vaška, 2000, s. 42).
[94] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 55 (čes. vyd.: s. 57).
[95] Porov. FRANKL *Člověk hledá smysl,* s. 71.

odpoveď, a teda ani zmysel ľudskej existencie nemožno nikdy vyjadriť všeobecne. Tak ako život nie je nič vágne, ale niečo konkrétne, sú aj požiadavky úplne konkrétne. Túto konkrétnosť so sebou prináša osud, ktorý je pre každého ojedinelý a jedinečný. Žiadny osud nie je porovnateľný s druhým, žiadna situácia sa neopakuje. V každej situácii, ktorá je jedinečná, ojedinelá a neopakovateľná, je človek vyzvaný k inému správaniu, či už k aktívnej tvorbe, k prežívaniu alebo k neseniu údelu. Odpoveďou človeka je stále iba jediná konkrétna správna odpoveď, ktorá je obsiahnutá v konkrétnej situácii. Ak je človeku dané nejaké utrpenie, potom je to pre neho úloha, jeho špecifická úloha a v celom kozme je to iba a práve on, kto tu stojí s trýznivým údelom a od ktorého sa očakáva jedinečný výkon. Človek je tiež nenahraditeľný a nezastupiteľný v láskyplnom vzťahu k milovanej osobe.[96]

Zmysluplnosť života je nezávislá od tradície a hodnôt

Strata tradície sa nedotýka zmyslu, ale iba hodnôt. *„Zmysel je stále niečo jedinečné a neopakovateľné, niečo, čo treba zakaždým odhaliť,“*[97] zatiaľ čo hodnoty sú zmyslové univerzálie a nie sú obsiahnuté v jedinečných, ale v typických a opakujúcich sa situáciách, ktoré skôr vyjadrujú stav človeka. Život by mohol zostať zmysluplný aj vtedy, keby sa vytratili všetky tradície sveta a nezostala by ani jediná všeobecne platná hodnota.[98]

Zhrnutie

Jedinečná osoba nachádzajúca sa v neopakovateľnej situácii má pred sebou stále jedinečnú a konkrétnu úlohu. Prípadná strata tradície alebo hodnôt by nespôsobila stratu zmysluplnosti života človeka, lebo tradície a hodnoty

[96] Porov. FRANKL *...trotzdem Ja zum Leben sagen,* s. 124-127 (čes. vyd.: s. 74-75).
[97] *„Der Sinn nämlich jeweils etwas Einmaliges und Einzigartiges, jeweils erst zu Entdeckendes...“* FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 237.
[98] Porov. *ibid,* s. 237. Zdroje zmyslu ako sú životné ciele, presvedčenia, ideály, aktivity, činnosti, sa nazývajú pojmom hodnota. Frankl pripisoval hodnote nezastupiteľnú úlohu v konštrukcii zmyslu života. Neskôr sú rozvedené tri kategórie hodnôt: tvorivé, zážitkové a postojové. Popielski vo svojom noetickom chápaní hodnôt zdôrazňuje ich subjektovú podstatu. Človek sa ako subjekt existencie aktívne podieľa na výbere hodnôt a odpovedaní na ich výzvy, teda nereaguje len na vonkajšie pôsobenie a vnútorné impulzy. Jeho dimenzionálno-relačný model zahŕňa aj skúsenosť, aj subjekt osoby, ktorý je konečným „zaujímateľom“ postoja a nositeľom rozhodnutia a výberu. (Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 226-227).

sú obsiahnuté skôr v typických a opakujúcich sa situáciách, zatiaľ čo zmysel je jedinečný a neopakovateľný a je ho treba zakaždým odhaliť. Hodnoty sú platné nielen pre konkrétneho človeka v konkrétnej situácii, ale aj ako univerzálne a typicky sa opakujúce v určitých situáciách.

3.1.9 Zmysel je v žití pre cieľ

Zameranie na pevný bod v budúcnosti[99]

Latinské slovo *„finis"* znamená koniec alebo cieľ. Keď jedinec nemôže vidieť koniec nejakého provizória uprostred svojho života, nemôže si ani vytýčiť žiadny životný cieľ, postaviť žiadnu úlohu. Život stráca v jeho očiach akýkoľvek obsah a zmysel. Naopak, zameranie na „koniec" a cieľový bod v budúcnosti vytvára duchovnú oporu, ktorá pomáha človeku neprepadnúť charakterovým a typotvorným silám sociálneho prostredia, a teda pred úpadkom. Pevným bodom v budúcnosti je utváraná celá prítomnosť jedinca, ktorá je na neho zameraná. Vnútorný svet a zážitkový čas stráca celú svoju štruktúru, akonáhle človek stráca svoju budúcnosť. K rozpadu štruktúry prežívania času, k pocitu prázdnoty a bezzmyselnosti bytia dochádza napríklad u mnohých nezamestnaných. *„Bez pevného bodu v budúcnosti nemôže človek vlastne vôbec existovať."*[100]

[99] Palenčár hovorí, že nejaká činnosť má (v čase, keď ju jedinec vykonáva) zmysel, ak predpokladá či očakáva, že speje k chcenému výsledku. A reprospektívne – činnosť mala zmysel, ak takéto očakávania aj splnila. Nezmyselná činnosť je taká, ktorá jedinca bez spomínaného výsledku vracia na svoj začiatok, lebo sa nič neudialo. V oblasti umenia to stelesňuje absurdné divadlo, ktoré je preto situačné, a nie dejové. Podobne je to aj so zmyslom života. S tým rozdielom, že sa tu predpokladá istá hierarchia činností (ale aj trpností, čo túto problematiku značne komplikuje) a primerane k tomu aj očakávaných či realizovaných cieľov a výsledkov. (Porov. PALENČÁR Človek a zmysel. *Filozofia,* s. 249-250).

[100] *„Ohne fixen Punkt in der Zukunft ... vermag der Mensch nicht eigentlich zu existieren."* FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 110 (čes. vyd.: s. 104). Kánský hovorí, že i napriek tomu, že sú životný cieľ a zmysel života blízke, nie je možné ich stotožňovať. Rozdiely sú v tom, že: 1. hlavný cieľ života je relatívna hranica úsilia človeka, vyjadrenie toho, k čomu smeruje jeho život, 2. zmysel života je teoretické a praktické riešenie otázky, prečo je potrebné dosiahnuť tento hlavný cieľ a akú náplň má dať mladý človek svojmu životu, aby k tomuto cieľu čo najskôr dospel, aby si na svojej životnej ceste vyvolil primerané prostriedky a aby sa z človeka stala charakterovo jednotná a ucelená osobnosť. (Cit in BOROŠ Mladý človek a zmysel života. *Osvetová práca,* s. 11).

Dlhodobý životný cieľ – osobné povolanie

Individuálny dlhodobý životný zmysel sa nazýva povolaním. Každý človek má svoje zvláštne povolanie či poslanie, aby v živote vykonal určitú konkrétnu úlohu, ktorá si vyžaduje splnenie. V tomto nemôže byť nikto nahradený, rovnako ako nemôže svoj život zopakovať. Úloha každého človeka je teda rovnako jedinečná, ako je jedinečná jeho príležitosť ju splniť. Všetky krátkodobé, prechodné a okamžité spôsoby napĺňania zmyslu, ktoré jedinec objavil od svojej mladosti, by ho mali viesť k dlhodobému životnému zmyslu – k osobnému povolaniu.[101]

Život pre niekoho alebo pre niečo

Zmysel života je spojený *„s pocitom žiť pre niečo alebo pre niekoho."*[102] Nenaplnená túžba po zmysle sa u človeka v citovej oblasti prejavuje pocitom pustoty a prázdnoty, čo sa potom odráža aj na telesnej úrovni. Pri absencii úlohy, ktorú má jedinec vyplniť, sa zvyšuje pravdepodobnosť ochorenia a úmrtia. Napríklad Goethe zomrel v roku 1832, necelé tri mesiace po tom, čo dokončil Fausta, na ktorom v pokročilom veku pracoval sedem rokov.[103] Vedomie úlohy, naopak, udržuje človeka duševne a telesne, chráni ho pred chorobami a smrťou.[104] Napríklad pomoc u starého človeka, ktorý trpí pocitom straty zmyslu, je v daní mu novej šance, v ktorej je potrebný pre spoločnosť, v daní pocitu užitočnosti, dôstojnosti a cti.[105]

Pri úzkostnej neuróze človek potrebuje primeraný životný cieľ, potrebuje, aby na neho život stále kládol požiadavky, také, aké je schopný zvládnuť. Úzkostný neurotik sa dokáže vytrhnúť zo začarovaného kruhu svojich úzkostných myšlienok vtedy, keď sa naučí odvádzať svoju pozornosť od príznaku choroby a keď sa dokáže sám upnúť na nejakú vec, ktorá urobí jeho život zmysluplným a dôstojným.[106]

[101] Porov. FRANKL *Člověk hledá smysl,* s. 71.

[102] *„...das Gefühl..., für etwas da zu sein – für etwas oder für jemand..."* FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 50 (čes. vyd.: s. 50).

[103] Mimochodom na príbehu Fausta Goethe ukazuje, že zmysel ľudského života je v službe jedinca celku. (Porov. SMOLÍKOVÁ, M. Faust metaforou k současnosti. Faust jako téma. *Křesťanská revue,* 1998, roč. 65, č. 2, s. 39-42 [41]).

[104] Zameranosť na rôzne úlohy, ako hovorí Pennebaker, zlepšuje uzdravovanie a zmenšuje citlivosť na vlastný zdravotný stav. (KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie nemoci.* 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2002, s. 35-36).

[105] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 47-50 (čes. vyd.: s. 47-50).

[106] Porov. *ibid,* s. 63-68 (s. 60-64).

Radosť je zacielená na predmet

Radosť môže dať životu zmysel iba vtedy, ak má sama zmysel. Jej užší zmysel však nespočíva v nej, ale mimo nej. Radosť je zacielená vždy na nejaký predmet. Zatiaľ čo slasť je stav, radosť je cit zameraný na cieľ. Kierkegaard hovorí, že dvere ku šťastiu sa otvárajú von. Kto sa kŕčovite snaží byť šťastným, zatvára si tým sám cestu ku šťastiu.[107]

Zhrnutie

Zameranosť života človeka na cieľ má časový a predmetný aspekt. Čo sa týka času, jedinec potrebuje pevný bod v budúcnosti, čo utvára jeho prítomnosť, čím jeho vnútorný svet a zážitkový čas dostáva svoju štruktúru. Bez pevného bodu v budúcnosti má jedinec pocit prázdnoty a bezzmyselnosti bytia a nemôže vôbec existovať. Dlhodobým životným cieľom je osobné povolanie, ku ktorému vedú všetky krátkodobé, prechodné a okamžité napĺňania zmyslu. Čo sa týka predmetu, je zmysel spojený so životom pre niekoho alebo pre niečo. Aj radosť je radosťou vtedy, ak je zameraná na nejaký predmet.

3.1.10 Vôľa ku zmyslu je motivovaná napätím medzi realitou a ideálom

Napätie medzi ideálom a realitou je motiváciou sebauskutočňovania

V miere, v akej človek napĺňa zmysel, uskutočňuje seba samého. Sebarealizácia nemá byť účelom, ale prichádza prirodzene, ako účinok naplnenia zmyslu. Iba existencia, ktorá transcenduje samu seba, sa môže sama uskutočniť. K podstate človeka patrí zameranosť na niekoho alebo na niečo, na osobu alebo na ideu. Uskutočňovanie seba samého vedie k uskutočňovaniu vlastných možností. Nejde len o využitie všetkých svojich vnútorných možností alebo o vyjadrenie samého seba. Skrytým motívom je vyrovnanie napätia medzi tým, čo človek je, a medzi tým, čím by sa chcel stať, napätie *„medzi realitou a ideálmi, ktoré majú byť uskutočnené, napätie medzi existenciou a esenciou, medzi bytím a zmyslom.“* [108]

[107] Porov. FRANKL *Zeiten der Entscheidung,* s. 146.

[108] *„...zwischen der Realität einerseits und jenen Idealen, die erst zu verwirklichen sind, oder,...die Spannung zwischen Existenz und Essenz, zwischen Sein und Sinn...“* FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 225.

Napätie medzi ideálom a realitou je uložené v podstate človeka[109]

Pre človeka nie je potrebné trápiť sa pre ideály a hodnoty, lebo ony sú len výrazom jeho samotného a on sám sa môže pokojne obmedziť na to, aby realizoval svoje ja a jeho možnosti. Človek sa nemusí usilovať o naplnenie zmyslu a uskutočnenie hodnôt, lebo všetko je už dávno prítomné, minimálne vo forme od počiatku existujúcich, vlastných možností, ktoré treba uskutočniť. Napätie medzi bytím a zmyslom, napätie medzi tým, čo je, a tým, čo má byť, je uložené v podstate človeka. Existencia a esencia sa nemajú v konečnej bytosti, akou je človek, zhodovať. Zmysel musí predchádzať bytiu, lebo iba tak môže byť tým, čo je jeho vlastným zmyslom, byť priekopníkom bytia. V opačnom prípade sa existencia zamotáva do seba samej.[110]

Napätie medzi ideálom a realitou je nevyhnutné pre duševné zdravie

Rozpor a primerané napätie medzi tým, čo človek je, a tým, čím by sa stať mohol, sú nevyhnutné pre duševné zdravie. Nemožno sa teda obávať kon-

[109] Obdobná téma je aj vo filozofii. Weischedel hovorí, že vo vedomí človeka je istá rozpoltenosť. Ako dva rôzne spôsoby sebaporozumenia vystupujú proti sebe nie dve substanciálne „ja“, ale dve možnosti bytia človeka. Na jednej strane sa človek zakúša vo svojom faktickom bytí ako previnilý nie iba vo svojich jednotlivých činnostiach, ale v svojom celom bytí. Na druhej strane počuje v hlase svojho svedomia možnosť nevinného, dobrého bytia. Oná druhá možnosť byť nevinný a dobrý nie je (naproti tomu taká, ako sa javí vo svedomí) fakticky skutočná. Je oným „môcť byť“, ktoré kladie požiadavku, že sa stane faktickou skutočnosťou. Požaduje, aby sa človek podľa nej premenil. (Porov. WEISCHEDEL, W. *Skeptická etika.* 1. vyd. Přel. J. Karásek. Praha: OIKOYMENH, 1999. Ed. Oikúmené, s. 125-126).

[110] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 225-226. Na pomenovanie napätia medzi aktuálnym stavom človeka (tým, čím je) a ideálnym (tým, čím sa má stať) sa niekedy požíva pojem „noodynamika“. V súčasnosti, napríklad u Popielskeho, sa používa tento termín skôr v širšom slova zmysle na vyjadrenie celkovej aktivity a dynamiky noetického rozmeru so všetkými jej aspektami. (Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 222). Balcar vysvetľuje Frankla v tejto súvislosti, že vôľa ku zmyslu je základnou hybnou silou duchovného života človeka. Zdrojom napätia medzi tým, čo je, a čím byť má, zdrojom tejto „noodynamiky“ je svedomie ako jadro duchovného života. Noodynamika vedie človeka k mravne motivovanému snaženiu, konaniu a sebahodnoteniu. Malá intenzita noodynamického napätia svedčí o porušení či ohrození v smere existenciálnej nenaplnenosti. Príliš veľké noodynamické napätie svedčí o porušení alebo ohrození v smere reálnej viny alebo duševného ochorenia. (Porov. BALCAR Logoterapie a existenciální analýza. *Československá psychologie,* s. 135).

frontácie s potenciálnym zmyslom, obávať sa prebudiť latentnú vôľu ku zmyslu. Človek naopak potrebuje istý druh napätia, ktorý ho trvalo orientuje ku konkrétnym hodnotám, ktoré majú byť realizované, a ku zmyslu existencie, ktorý má byť naplnený. Útek z akejkoľvek stresovej situácie by priblížil nebezpečenstvo existenciálneho vákua. Človek potrebuje boj o niečo, čo je hodné túžby a namáhavého hľadania. *„Napätie medzi subjektom a objektom neoslabuje zdravie, ale ho posilňuje."* Pre neurotických jedincov to platí ešte výraznejšie. Integrácia subjektu predpokladá smerovanie k objektu. Nemožno sa teda báť zväčšenia ťarchy zodpovednosti za napĺňanie zmyslu vlastnej existencie.[111]

Dvojaký postoj k napätiu medzi realitou a ideálom

Počas putovania púšťou Izraela v biblickom výklade kráčal Boh pred svojím ľudom v podobe mraku. Vyšší zmysel teda predchádzal bytie, aby ho bytie nasledovalo, aby strhával bytie so sebou. V tejto súvislosti nachádzame dva typy ľudí: priekopníci a „uspokojovači"[112] .

Typ priekopníka konfrontuje ľudstvo s hodnotami a zmyslom, pobáda ho ku vôli ku zmyslu. Tak ako sa Mojžiš nesnaží uspokojiť svedomie svojho ľudu, ale ho skôr provokuje a prináša desať prikázaní, aby sa ľud mal s čím konfrontovať.

Typ „uspokojovača" sa, naopak, pokúša oslobodiť od každej konfrontácie so zmyslom. Ide mu o vnútornú rovnováhu, ktorá nesmie byť rušená a celý svet je tak degradovaný iba na prostriedok, ktorý má uspokojiť pudy alebo na prostriedok, zaisťujúci sebarealizáciu, ukojenie potrieb, uspokojenie Nadja alebo rozvinutie nejakého archetypu. Človek je tak vyrovnaný sám so sebou. Keďže ideály dosahuje iba mizivá menšina, niet dôvodu, prečo sa o ne snažiť a znepokojovať. Lepšie je ostať normálnym ako ostatní ľudia, niet dôvodu byť ideálnym.[113]

Zhrnutie

Človek uskutočňuje seba samého napĺňaním zmyslu. Motívom je vyrovnanie napätia medzi tým, čo človek je, a tým, čím by sa chcel stať, napätie

[111] Porov. FRANKL Dynamika a hodnoty. *Československá psychologie,* s. 547.
[112] V českých prekladoch sa používa namiesto slova „uspokojovač" slovo „mierotvorca". Výraz „mierotvorca" je však vzhľadom na to, čo tým Frankl chcel povedať, nevhodný.
[113] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 226-227.

medzi realitou a ideálmi, napätie medzi existenciou a esenciou, medzi bytím a zmyslom. Toto napätie je uložené v podstate človeka. Zmysel musí predchádzať bytiu, lebo iba tak môže byť jeho priekopníkom. V tejto súvislosti existujú dva typy ľudí: priekopníci a „uspokojovači". Priekopník skôr provokuje a konfrontuje ľudstvo s hodnotami a zmyslom, pobáda ho ku vôli ku zmyslu. „Uspokojovač" sa naopak pokúša oslobodiť od každej konfrontácie so zmyslom, celý svet degraduje na prostriedok uspokojenia pudov, sebarealizácie, ukojenie potrieb, uspokojenie Nadja alebo rozvinutie nejakého archetypu. Ideály dosahuje iba mizivá menšina, preto nenachádza dôvod sa o ne usilovať.

3.1.11 Zmysel je transsubjektívny

Subjektivita a relativita zmyslu

Zmysel nie je subjektívny v zmysle subjektivizmu. Subjektivizmus popiera, že by existoval nejaký zmysel a tvrdí, že zmysel „sám osebe" neexistuje a že je to len človek sám, kto danej situácii zmysel dáva a pripisuje.[114] Subjektivita je v tomto chápaní v tom, že by zmysel bol tak iba výrazom alebo „zrkadlom" bytia jednotlivca. Hovoriť o subjektivite zmyslu možno iba vo význame, že každý jedinec má iný zmysel a neexistuje jeden jediný zmysel pre všetkých ľudí. Zmysel sa stále vzťahuje na osobu a situáciu, v ktorej táto osoba stojí, a v tomto význame je zmysel tiež relatívny.[115]

Transsubjektivita zmyslu

Človek má zmysel jedinečnej situácie zachytiť, pochopiť, považovať za pravdivý a uskutočniť ho. Zmysel je vzhľadom na svoj vzťah k jedinečnej a neopakovateľnej situácii tiež sám jedinečný a neopakovateľný a táto skutočnosť „jedného, čoho je treba" tvorí transsubjektivitu zmyslu. Zmysel teda nie je daný jedincom, ale je danosťou, hoci je vnímanie jedinca vždy podriadené subjektivite ľudského chápania a svedomia. I napriek tomu, že je ľudské svedomie omylné, neruší sa transsubjektivita toho, čo existuje a k čomu mieri ľudské poznanie, a toho, čo je nutné, k čomu mieri ľudské svedomie.

[114] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 55 (čes. vyd.: s. 220).
[115] Porov. *ibid,* s. 55 (s. 57).

Iba zblúdené svedomie môže človeka navádzať napríklad na vraždu alebo samovraždu. [116]

Vzťah zmyslu a hodnôt – uľahčenie a zároveň konflikt

Zmysel je viazaný na jedinečnú a neopakovateľnú situáciu. Nad tým ale existujú zmyslové univerzálie, ktoré sa vzťahujú na ľudskosť človeka a ktoré nazývame hodnoty. Človek zakúša uľahčenie vďaka viac či menej všeobecne platným hodnotám, morálnym alebo etickým princípom, ktoré sa vykryštalizovali v rámci ľudskej spoločnosti v priebehu histórie. Uľahčenie je však spojené s konfliktom. Nejde o konflikt svedomia, lebo to, čo človeku hovorí svedomie, je stále jednoznačné. Konfliktný charakter spočíva vo vnútri hodnôt. Na rozdiel od doteraz jedinečného a neopakovateľného zmyslu konkrétnej situácie sú hodnotami zmyslové univerzálie, ktoré neplatia iba pre nezameniteľnú osobu v jedinečnej situácii, ale pre širokú oblasť opakujúcich sa, typických situácií, ktorých oblasti sa často prekrývajú. Konfliktnosť je v tom, že existujú situácie, v ktorých je človek postavený pred voľbu navzájom si odporujúcich hodnôt a princípov. Je potom iba na svedomí, aby konalo slobodne a pritom zodpovedne. Ak je svedomie systematicky potláčané, dochádza k západnému konformizmu alebo k východnému totalitarizmu, podľa toho, či hodnoty spoločnosti sú zovšeobecnené, prehnane ponúkané, alebo vnucované. Treba ale dodať, že konfliktný charakter hodnôt môže byť často iba zdanlivý. Možné prekrývanie sa medzi oblasťami platností hodnôt môže byť iba zdanlivé, čo sa deje pri strate nejakej dimenzie. Je to vtedy, ak sa príslušná hodnota vidí bez príslušného kontextu a nedochádza k hierarchickej úrovňovej diferenciácii, podobne ako môže dôjsť k prekrytiu pôdorysných priemetov dvoch telies, ktoré sa v priestore vôbec nedotýkajú.[117]

Zhrnutie

O subjektivite zmyslu možno hovoriť v tom význame, že každý jedinec má iný zmysel a neexistuje jeden jediný zmysel pre všetkých ľudí. Keďže sa zmysel vzťahuje na osobu a na situáciu, je v tomto význame slova relatívny. Zmysel je jedinečným vzhľadom na jedinečnosť situácie – to je podstatou transsubjektivity zmyslu. Zmysel nie je daný jedincom, ale je danosťou. Hoci je vnímanie jedinca vždy podriadené subjektivite ľudského chápania a svedomia a i napriek tomu, že je ľudské svedomie omylné, neruší sa transsubjektivita toho, čo existuje, ku ktorému mieri ľudské poznanie, a toho, čo je nutné, k čomu mieri ľudské svedomie. Človeku pomáhajú všeobecne platné hodnoty, morálne a etické princípy. Toto uľahčenie je však spojené s konfliktom. Nejde o konflikt svedomia, lebo ono hovorí stále jednoznačne. Konfliktný charakter spočíva vo vnútri hodnôt, v tom, že existujú situácie, v ktorých je človek postavený pred voľbu navzájom si odporujúcich hodnôt a princípov. Je potom iba na svedomí, aby konalo slobodne a pritom zodpovedne. Treba ale dodať, že konfliktný charakter hodnôt môže byť často iba zdanlivý.

[116] Porov. *ibid,* s. 55-58 (s. 57-60).

[117] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 238-239.

3.1.12 Človek verí v zmysel, má vedomie, tušenie zmyslu[118]

Každý človek verí v zmysel bez ohľadu na to, či si to uvedomuje

U človeka *„je niečo ako vedomie zmyslu“* alebo *„tušenie zmyslu, “*[119] čo je aj základom logoterapie. *„Človek verí v zmysel, “*[120] či už si to uvedomuje, alebo nie. Zmysel je stena, za ktorú nemôže ustúpiť, ktorú môže skôr prijať. Posledný zmysel sa musí prijať, nemožno sa na neho ďalej pýtať, lebo pri pokuse o zodpovedanie otázky zmyslu bytia sa už vždy zmysel bytia predpokladá.[121]

Viera v zmysel je transcendentálna kategória

Viera človeka v zmysel bytia je podľa Kanta transcendentálna kategória. Tak, ako je nezmyselné pýtať sa na kategóriu priestoru a času, lebo mimo priestor a

[118] O tomto probléme Fankl obšírnejšie prednášal na tému „Logoterapia a náboženstvo“ v jeseni 1964 pred Stuttgartským spoločenstvom „Lekár a dušpastier“ na podujatí pod názvom „Ellmauerské zhromaždenie“. (Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s 91-96 a tiež porov. TAVEL, P. Logoterapia a náboženstvo. In *Výzvy pre psychológiu tretieho tisícročia. Perspektíva z pohľadu logoterapie.* Trnava: Fakulta humanistiky Trnavskej univerzity. Inštitút existenciálnej psychológie a noo-logoterapie, 2003, s. 83-90).

[119] *„...es ist da so etwas wie ein Vorwissen um den Sinn...eine Ahnung vom Sinn...“* FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 236. Výraz *„Vorwissen um den Sinn“* je preložené ako „vedomie zmyslu“ alebo „tušenie zmyslu“. Možno ho ale tiež preložiť ako „pred-vedenie zmyslu“ alebo ako „predchádzajúca vedomosť o zmysle.“

[120] *„...der Mensch glaubt an einen Sinn...“ ibid,* s. 236.

[121] Porov. *ibid,* s. 236.

čas nemožno myslieť, tak musí byť ľudské bytie stále bytím ku zmyslu, hoci ho človek pozná akokoľvek málo. Aj samovrah verí v nejaký zmysel, aj keď už nie napríklad v zmysel života alebo v zmysel ďalšieho žitia, ale verí aspoň v zmysel smrti. Keby už skutočne neveril naozaj v žiadny zmysel, nemohol by pohnúť ani prstom a už vôbec by nemohol spáchať samovraždu.[122]

Vieru nemožno vynútiť

Viera, tak ako nádej a láska, sa nedajú vynútiť alebo dosiahnuť manipulatívne. Sú to intencionálne fenomény a prichádzajú vtedy, keď je prítomný adekvátny obsah a predmet. Frankl hovorí: *„Ja predsa nemôžem chcieť veriť práve tak, ako nemôžem chcieť milovať, nemôžem byť donútený k láske a ešte menej donútený k nádeji, a to i napriek najlepšiemu vedomiu. Sú jednoducho veci, ktoré sa nedajú chcieť a ktoré tiež nemôžu byť vyvolané na žiadosť alebo rozkaz...Nemôžem sa napríklad smiať, keď to niekto rozkáže. Ak niekto chce, aby som sa smial, musí sa snažiť povedať mi napríklad nejaký vtip.“* [123]

Viera v zmysel je nezávislá od náboženskej viery

Na otázku zmyslu existuje odpoveď bez ohľadu na vieru v náboženské zjavenie. Nerozhoduje teistický či ateistický názor. Fenomén viery sa nechápe ako

[122] Porov. *ibid,* s. 236-237. Heller hovorí, že otázka zmyslu je vecou viery, ktorá má rôzne podoby a prejavuje sa v rôznych podobách. Nie je len vecou osobnou, súkromnou a subjektívnou. Možno rozoznať tri roviny, na ktorých sa zmysel dá človekom vnímať. Prvou je rovina senzuálne animálna, či inak rovinou zážitku. V nej živé bytosti prežívajú svoj život bezprostredne. Otázka zmyslu je v latencii – buď sa ešte nevynorila, alebo je kompenzovaná či zablokovaná zážitkom, ktorý na ňu odpovedá, ale len v krátkej časovej perspektíve. Príkladom je nasýtenie hladu alebo výchova potomstva, ktoré zaručuje budúcnosť druhu. Život nie je reflektovaný v širších súvislostiach a človek žijúci v tejto rovine sa otázke zmyslu vyhýba. Druhou rovinou je rovina analyticko-štrukturálna, rovina racionality. Človek si v nej utrieďuje neštruktúrovaný svet, ktorý ho obklopuje, aby sa stal zmysluplným. O to sa pokúšalo myslenie už pre starou gréckou filozofiou. Treťou rovinou je rovina synteticko-personálna, rovina transcendenie, rovina tušenia. V nej je otázka zmyslu vnímaná nie iba horizontálne, ale aj vertikálne alebo, lepšie povedané, multidimenzionálne. V nej človek poznáva, že zmysel nevytvoril sám, že sa s ním stretol, zmysel mu bol odhalený, bol ním zasiahnutý, že mu bol vopred daný, že zmysle je objektívny. Človek sám ho môže iba odmietnuť alebo prijať, realizovať ho ako svoju úlohu alebo sa mu vzoprieť. Človek spoznáva, že zmysel nemusí byť podľa jeho chuti, nemusí vypĺňať jeho predstavy a nároky. Ak sa ale dá zmyslu do služby, naplní život zmysluplnosťou. (Porov. HELLER Průhled k cíli. *Křesťanská revue,* s. 37-38).

[123] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 96.

viera v Boha, ale ako obsiahlejšia viera v zmysel.[124] Umierajúci až do konca dúfa, že sa uzdraví, hoci mu rozum hovorí, že neexistuje už žiadna nádej na uzdravenie. Táto nádej na uzdravenie dáva tušiť svoj transcendentný zmyslový obsah. Táto nádej musí byť zakotvená v podstate človeka, ktorá nemôže byť nikdy bez nádeje a ktorá musí ukazovať dopredu na budúce naplnenie. Veriť v túto nádej je človeku aj bez dogmy vlastné a prirodzené.[125]

Frankl v tejto súvislosti hovorí o svojej skúsenosti s umieraním ateistov. Boli to ľudia, ktorí na svojej bezproblémovej ceste života s odporom odmietali nejaké „vyššie bytie“, vieru vo vyššiu rovinu zmyslu života. Na svojej smrteľnej posteli, v hodine smrti, bez svedkov, sa v nich prejavilo to, čo celý život odmietali – odovzdanosť, ktorá nielenže nebola v súlade s ich svetonázorom, ale ktorá má ďaleko od racionalizácie a intelektualizácie. Pri udalosti smrti sa niečo otvára, niečo sa z človeka derie von, niečo vystupuje. Je to bezvýhradná odovzdanosť a dôvera. Človek pritom nevie, komu táto odovzdanosť patrí, a nevie ani to, čomu vlastne dôveruje. Táto dôvera odporuje

[124] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 221 (čes. vyd.: s. 198). Viac je uvedené v časti o vzťahu náboženskej viery a zmyslu života a v časti o vzťahu logoterapie a náboženstva.

[125] Porov. *ibid,* s. 249-250 (s. 229). Haught hovorí, že ľudská prirodzenosť je akoby naprogramovaná v dôvere k druhých a k svetu. Túto bazálnu dôveru identifikovala psychológia ako nevyhnutný základ, vďaka ktorému môžeme rásť ako osoby. Dôvera je tou oblasťou, v ktorej sa ukazuje, že náboženstvo ladí s ľudskou prirodzenosťou, hoci nemožno hovoriť o identite náboženstva a dôvery. Sociológ Berger ukázal, že aj za každodennými gestami ako napríklad riadenie, hranie, smiech je základná dôvera, ktorá by sa slovami dala vyjadriť takto: „realita je zmysluplná.“ V prípade opačného presvedčenia by človek nebol schopný vnášať poriadok do svojho života, hrať sa, smiať. Haught uvádza príklad. Matka prichádza v noci k plačúcemu dieťaťu a utešuje ho: „Neplač, všetko bude dobre.“ Matka vyjadruje svojím postojom metafyzické stanovisko o podstate skutočnosti. Nerobí to na základe reflexie, premyslene, ale vychádza to z nej spontánne. Možno to nazvať predreflektívna intuícia zmyslu sveta a skutočnosti. (Porov. HAUGHT, J., F. *What is religion? : an introduction.* Mahwah, New Jersey: Paulist Press, 1990, s. 147-148). Halík hovorí o nádeji, o viere v zmysel, o viere vo všeobjímajúci zmysel, o viere v zmysluplný a dobrý základ života, ktorá je zakotvená hlboko v človeku. Hovorí, že v človeku je *„vášnivý protest proti absurdite utrpenia a zmyslu.“* Pýta sa: *„Odkiaľ pramení naše rozhorčenie tvárou v tvár utrpeniu, ak nie z hlboko zakorenenej predstavy, že skutočnosť má byť dobrá, priateľská, spravodlivá a milosrdná?* (Porov. HALÍK, T. *Co je bez chvění, není pevné. Labyrintem světa s vírou a pochybností.* Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2002, s. 260). Camus a Sartre sa snažia vyrovnať so zmyslom života človeka bez Boha. Camus popri názore o absurdite ľudskej existencie hovorí o revolte, ktorá sa dá v určitom zmysle chápať ako potvrdenie Franklových slov. Viac v časti o existencializme.

a protirečí poznaniu všetkých nepriaznivých prognóz. Podobné názory má aj W. v. Baeyer, keď píše: *„Objektívne vzaté, nie je tu viac nijaká nádej. Chorý, ktorý je pri jasných zmysloch, by musel sám vidieť, že je už vydaný napospas smrti. No on ešte vždy dúfa, dúfa až do konca. Nádej takéhoto chorého stojí na základe akejsi ilúzie na uzdravenie. Jeho nádej na uzdravenie je namierená na niečo, čo dáva tušiť jej skrytý transcendentný obsah. Táto nádej s transcendentným obsahom musí byť zakotvená v ľudskom bytí, ktoré nemôže byť bez nádeje. Táto nádej prezrádza budúce naplnenie, ktoré je primerané a prirodzené pre veriacich aj bez dogmy.“*[126]

Otázka náboženskej viery v otázke zmyslu[127]

Na otázku zmyslu alebo na otázku „Pred čím byť zodpovedný?“ možno dať odpoveď aj vo forme náboženského zjavenia.[128] Dôkaz však bude chýbať. Ide o *„petitio principii“*, o akési prvotné rozhodnutie pre vieru, v ktorom jedinec prijíma zjavenie. Keď neveriaci človek hovorí o tom, že nejaké zjavenie existuje, potom by malo znamenať, že existuje aj pre neho a mal by už byť veriaci. Frankl hovorí, že oddeľovanie otázky viery v Boha a viery v zmysel je otáznym. Albert Einstein povedal: *„Človek, ktorý odpoveď na otázku o zmysle svojho života našiel, je človekom religióznym.“* Podobné stanovisko pochádza aj od Paula Tillicha, ktorý povedal: *„Byť religióznym znamená náruživo si klásť otázky o zmysle našej existencie.“* Ludwig Wittgenstein povedal podobne: *„Veriť v Boha znamená vidieť, že život má zmysel.“* V každom prípade je však potrebné povedať, že logoterapia je vždy primárne psychoterapiou a ako taká patrí k psychiatrii a medicíne. Má však oprávnenie na to, aby sa zaoberala nielen vôľou ku zmyslu, ale aby sa tiež zaoberala

[126] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 94-95.

[127] Je potrebné poznamenať, že chápanie religiozity u Frankla má ďaleko od náboženskej úzkoprsosti a krátkozrakosti. Frankl chápe Boha širšie ako iba bytie, v ktoré verí čo najväčší počet ľudí, alebo iba bytie, v ktoré sa verí tak, ako to tá-ktorá konfesia predpisuje. Frankl hovorí, že Boh nemôže byť taký malý a tiež nechápe zmysluplnosť toho, že nejaká cirkev od neho očakáva vieru. (Porov. *ibid,* s. 96).

[128] Kováč hovorí, že zvnútornená náboženská viera je *„obrovským zdrojom zmyslu života“*. (Porov. KOVÁČ, D. Kvalita života – naliehavá výzva pre vedu nového storočia. *Československá psychologie,* 2001, roč. 45, č. 1, s. 34-44 [41]).

vôľou k poslednému zmyslu, vyššiemu zmyslu, nad-zmyslu tak, ako ho chápe náboženská viera, ktorá je v konečnom dôsledku vierou v tento nad-zmysel, dôverou v tento nad-zmysel.[129]

Zhrnutie

Človek má niečo ako vedomie zmyslu, tušenie zmyslu alebo vieru v zmysel. Človek verí v zmysel, či už si to uvedomuje, alebo nie. Viera v zmysel je nezávislá od náboženskej viery, hoci medzi nimi, v určitom slova zmysle, existuje súvislosť. Táto viera, podobne ako láska[130] a nádej, je zakotvená v podstate človeka a nedá sa zvonku nejako vynútiť. Človek nemôže byť nikdy bez nádeje, ktorá ukazuje dopredu na budúce naplnenie. Veriť v túto nádej je človeku aj bez dogmy vlastné a prirodzené.

[129] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 93-96. Viac v časti o vzťahu náboženskej viery a zmyslu života.

[130] Madlafousek sa s tvrdením o zakotvenosti lásky v podstate človeka nestotožňuje, keď hovorí, že väčšina teoretikov predpokladá, že ľudská prirodzenosť je v základe sebecká a individualistická. (Porov. MADLAFOUSEK, J.: Láska k blížnímu v pleistocénu a dnes. *Československá psychologie,* 1994, roč. 38, č.1, s. 53-65 [53-64]).

3.1.13 Všetko musí mať vyšší zmysel[131]

Vo vyšší zmysel možno iba veriť

„*Všetko, čo sa človeku prihodí, musí mať posledný, nejaký vyšší zmysel.*“[132] Posledný zmysel prekračuje schopnosti chápania človeka, lebo ide o vyšší zmysel. Vyšší zmysel nie je chápaný v zmysle niečoho nadzmyslového. Vyšší zmysel nemôžeme poznať, môžeme v neho iba veriť.[133] Každý človek v neho verí, aj keď niektorí ľudia iba nevedome. Ide o znovuobjavenie toho, čo Spinoza propagoval ako *„amor fati“ (lásku k osudu).* [134]

Logika existencie vyššieho zmyslu

Ak je na zabalenie tovaru potrebná určitá inteligencia, na zostrojenie stroja na balenie tovaru je potrebná inteligencia vyššieho stupňa. Analogicky možno z obdivuhodnosti inštinktov usudzovať o ešte obdivuhodnejšej múdrosti, ktorá za nimi stojí. Tak isto musí za inteligenciou človeka stáť inteligencia ďaleko prevyšujúca človeka samotného, nadľudská múdrosť, ktorá

[131] Janát hovorí, že zmysel, ako hlboko finálna kategória, je to, čo človeka tiahne hore. Človek ho preto nemôže nájsť ani hlbším vnorovaním sa do vlastného vnútra, ani ontogenetickým návratom a stopovaním zážitkov raného detstva, ani objavovaním endogenetických mechanizmov „fungovania“ života psyché, ani antropologickou sebaprojekciou a ani svojvoľným rozhodnutím pre tú či onú vlastnú predstavu, ideu a životnú koncepciu. Zmysel je teda to, čo človeka tiahne hore a čo sám nemôže vyprojektovať, podobne ako človek sotva môže pozdvihnúť vlastnú telesnú váhu bez opory v čomsi pevnom, čo leží hore vzhľadom k jeho podstave. Feuerbachovu predstavu, že Boh je antropologický projekt alebo Freudov názor, že pojem Boha je hypostázou obrazu vlastného otca, vyvracia Frankl poukázaním na príklad syna opilca, ktorý si môže vytvoriť autentický vzťah k Bohu, vzťah, ktorý mu umožní prekonať fatálne nepriaznivú pôvodnú životnú determinantu a odpustiť i pomôcť vlastnému otcovi v jeho padnutosti. (Porov. JANÁT Viktor Emil Frankl a příběh XX. století. *Československá psychologie,* s. 261).

[132] *„...alles, was einem zustößt, muß irgendeinen letzten Sinn haben, eben einen Übersinn.“* FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 37 (čes. vyd.: s. 43).

[133] Kübler-Rossová hovorí, že na získanie vyššieho vhľadu a pochopenia pomáha otvorenie a hovorí, že je potrebné naučiť sa byť tichším a dostať sa do kontaktu so sebou samým. Je potrebné nadviazať kontakt s vlastným vnútrom, so svojím pravým, vnútorným Ja. (Porov. KÜBLER-ROSSOVÁ, E. *Život a umírání. Kurs šťastného umírání.* 2. vyd. Hradec Králové: SIGNUM UNITATIS v spolupráci s agentúrou TMG, 1992, s. 22).

[134] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 37 (čes. vyd.: s. 43).

všetku múdrosť vytvorila a svet zharmonizovala. Človeka prevyšuje svet, ktorý ma vyšší zmysel.[135]

Nepochopiteľnosť ultra-humánnej roviny

Vzťah ľudského, humánneho k ultra-humánnemu, božskému možno vysvetliť na prirovnaní o poznateľnosti medzi zvieraťom a človekom. Zviera poznáva iba okolie, kým človek *„svet má“*, ako vyjadril Max Scheler. Tak isto, ako sa má svet zvieraťa k ľudskému svetu, tak sa má aj ľudský svet k inému, vyššiemu svetu. Ako zviera nepochopí zo svojho okolia svet človeka, tak nepochopí človek zo svojho ľudského sveta svet, ktorý ho presahuje. Opica vychádza iba zo sveta, ktorý ju obklopuje a pri podaní injekcie nedokáže pochopiť, prečo musí trpieť. Nechápe zámery človeka, lebo ľudský svet je pre ňu neprístupný. Tak, ako ľudský svet vie dať utrpeniu opice zmysel, ktorý ju prevyšuje, vie aj človeku neprístupný svet dať jeho utrpeniu zmysel alebo dať vyšší zmysel.[136] Posledný zmysel utrpenia tiež nutne presahuje intelektuálne schopnosti človeka. V logoterapii sa hovorí o suprazmysle alebo o vyššom zmysle. Od človeka sa nežiada, aby uniesol nezmyselnosť situácie, ako to učia existencialisti, ale aby uniesol svoju neschopnosť rozumovo pochopiť nepodmienenú zmysluplnosť. Logos je hlbší ako logika.[137]

Účasť lásky na objavovaní ultra-humánneho

Krok do ultra-humánnej dimenzie je možný iba vo viere, ale zúčastňuje sa ho aj láska, skrze ktorú poznanie prichádza. Napríklad pes, ktorému u zverolekára musí byť, v jeho záujme, spôsobená bolesť, hľadí s plnou dôverou na pána. Bez toho, aby pes chápal zmysel utrpenia, hlboko dôveruje svojmu pánovi, lebo ho miluje[138].

Viera vo vyšší zmysel má terapeutický účinok

Viera v nejaký vyšší zmysel, či už chápaný ako hraničný pojem, alebo nábožensky ako prozreteľnosť, má eminentný psychoterapeutický význam. Je

[135] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 268-269.

[136] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 92.

[137] Porov. FRANKL *Člověk hledá smysl,* s. 77.

[138] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 92.

tvorivá. Ak pravá viera pramení z vnútra človeka, sama ho činí silnejšou.[139] Pre takúto vieru neexistuje nič bezzmyselného. Každý človek nejako vie, že obsah života a jeho naplnenosť zostávajú akoby niekde uchované. Tak nemôže čas, pominuteľnosť života jeho zmyslu uškodiť.[140] Ak je napríklad pacient veriaci, nemožno nič namietať, ak sa využijú liečebné účinky jeho náboženskej istoty a pomôže sa mu priblížiť sa k jeho duchovným zdrojom. V prípade veriaceho človeka, ktorému zomreli deti, pre ktoré žil, pomáha vedomie, že sa so svojimi zomrelými milovanými deťmi raz stretne v nebi.[141]

I napriek tomuto terapeutickému účinku nemožno ku kroku do ultra-humánnej roviny v rámci psychoterapie akýmkoľvek spôsobom navádzať.[142] Pre logoterapiu stačí, ak „brána" k ultra-humánnej rovine nie je blokovaná redukcionizmom.[143]

Vyšší zmysel a náhoda

Vo svojich posledných publikáciách sa Frankl opakovane vracia k otázke, čo je čistá náhoda a kedy by sa za zdanlivou náhodou mohol skrývať vyšší alebo hlbší posledný zmysel. Veľmi nepravdepodobné zážitky nemožno nejako lacno vysvetľovať, ale ani vyhlasovať, že je to len vecou náhody.[144]

Zhrnutie

Všetko v živote človeka má vyšší zmysel. Duchovná dimenzia môže byť skrytá. Vôľa ku zmyslu je snaha o to, aby sa táto skrytá dimenzia stala vedomou súčasťou odpovede na nároky vyššieho zmyslu. Vyšší zmysel síce prekračuje schopnosti chápania človeka, ale nie je to niečo nadzmyslové. Vo vyšší zmysel možno iba veriť, čo robí každý človek, aj keď si to neuvedomuje.[145]

[139] Veľkou pomocou pre človeka je viera, nádej, láska ako pozitívne spomienky alebo vlastné psychické a duchovné sily imaginácie, empatie a kontemplácie. Napríklad účinok náboženstva, ako bazálnej vnútornej sily a ako záchrannej existenciálnej mohutnosti, mohol Frankl rozpoznať na prípadoch väčšej odolnosti tých, ktorí v koncentračnom tábore disponovali týmto duchovným zázemím. (Porov. JANÁT Viktor Emil Frankl a příběh XX. století. s. 259-264 [262]). V prežitej viere vidí silný moment aj Csikszentmihalyi. Viera vedie človeka k cieľu až „za hrob", pomáha v prežívaní *„flow"*, teda v prežívaní radosti, tvorivosti, šťastia, úplného zaujatia životom, realizácie zmyslu života. (Porov. CSIKSZENTMIHALYI, M. *O štěstí a smyslu života. Můžeme ovládat své prožitky a ovlivňovat jejich kvalitu?* Přel. E. Hauserová. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1996).

[140] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 46-47 (čes. vyd.: s. 49-50).

[141] Porov. FRANKL *Člověk hledá smysl,* s. 77.

[142] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 92-93.

[143] Viac je uvedené v kapitole o dnešnom človeku.

[144] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 38-39 (čes. vyd.: s. 44-45).

[145] Halama hovorí, že v súvislosti s vyšším zmyslom sa možno v odbornej literatúre stretnúť s pojmom ontologický alebo ináč konečný (ultimate) alebo absolútny zmysel života, ktorý je odlíšený od osobného zmyslu života. Osobný alebo špecifický, alebo každodenný zmysel života je súhrnom bežných denných aktuálnych cieľov, činností a hodnôt, ktoré človek napĺňa a krátkodobo alebo dlhodobo realizuje. Ontologický zmysel života je hodnota, životný rámec alebo systém, ktorý sa vzťahuje na život ako celok a jeho úlohou je interpretovať zásadné a konečné otázky ľudskej existencie (existenciu sveta a človeka, smrť). Niektorí, napríklad Popielski, zdôrazňujú osobitosť konečnej hodnoty a absolútneho zmyslu života. Funkciu konečného zmyslu života môže plniť najmä náboženské presvedčenie človeka, ale aj životná filozofia, presvedčenia a názory týkajúce sa života a existencie všeobecne. Ontologický a osobný zmysel života sa navzájom prelínajú a ovplyvňujú (najmä ontologický zmysel ovplyvňuje osobné ciele), čo spôsobuje, že nie všetci autori ich rozlišujú. (Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 222-224).

[146] *„...das Leben niemals wirklich sinnlos werden kann..."* FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 37 (čes. vyd.: s. 41).

[147] Porov. *ibid,* s. 37 (s. 41).

[148] *„...es gibt eigentlich keine Situation, die nicht irgendeine Sinnmöglichkeit in sich schlösse."* FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 32 (čes. vyd.: s. 39).

3.1.14 Život nemôže byť nikdy bez zmyslu

Vo všetkých situáciách je možné vidieť úlohu

„Ľudský život nemôže byť nikdy bez zmyslu"[146] Za všetkých podmienok a okolností, aj v ťažkých a vo vypätých životných situáciách, existuje možnosť vidieť úlohu, ktorú má človek splniť, a tým má splniť aj zmysel bytia. Ani v konfrontácii s prichádzajúcou smrťou nie je život bezo zmyslu, lebo i v tomto prípade je človeku pridelená úloha, celkom konkrétna, výsostne osobná, i keby šlo iba o nesenie utrpenia ako súčasti jeho údelu.[147] Stále existuje nejaká možnosť, ako aj cez žalostnosť situácie možno vypátrať zmysel a aj zdanlivo nezmyselné utrpenie premeniť v pravý ľudský výkon. *„Neexistuje žiadna situácia, ktorá by v sebe nezahŕňala nejaký možný zmysel."*[148] Teda aj zdanlivo negatívne stránky života (triáda: utrpenie, vina

a smrť) môžu byť premenené na niečo pozitívne, ak sa k nim zaujme správny postoj.[149]

Zúfalstvo súvisí s absolutizovaním relatívneho

Zúfalstvo spočíva v zbožštení, zabsolutizovaní nejakej jedinej relatívnej hodnoty, hoci aj významnej, ktorú človek pokladá za jedinú možnosť zmyslu svojho života.[150] Ak sa napríklad žena chce stať manželkou a matkou, robí chybu, ak nevidí v manželstve a materstve iba jednu z možností, ako svoj život zmysluplne utvárať. Túto jedinú možnosť si zabsolutizuje a ak je potom bez muža a detí, zúfalo prežíva svoj život ako nenaplnený a nezmyselný. Zúfalstvu nemožno čeliť znehodnotením toho, čo nedosiahla tým, že začne zhadzovať hodnoty ako je láska, manželstvo, deti a závidieť lásku. Riešenie je vo vedomom zrieknutí sa zbožšteného a zabsolutizovaného. U ženy by to bolo zrieknutie sa manžela a detí. Priznať relatívnej hodnote jej relatívnosť. Absolútny je totiž iba príkaz nášho svedomia, ktorý nás nabáda, aby sme stále čelili svojmu osudu.[151]

[149] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 250. Triáda utrpenie, vina a smrť sú situácie, ktoré možno nazvať termínom „hraničné situácie" (*„Grenzsituationen"*). Tento termín prvýkrát použil Jaspers vo svojej práci *Psychologie der Weltanschauungen* (*Psychológia svetových názorov*) z roku 1919. (Viac v časti o Jaspersovi.) Blažek a Olmerová, českí autori, uvádzajú, že medzné situácie môžu v človeku uvoľniť hlbšie tvorivé existenciálne možnosti, lebo v takých prípadoch *„nejde iba o konfrontáciu s prekážkami, ale aj so sebou samým a so zmyslom života."* (Cit in KŘIVOHLAVÝ *Psychologie nemoci,* s. 101). Dürckheim (1858–1917), francúzsky psychológ a sociológ, hovorí, že pri hľadaní zmyslu nám môže pomôcť skúsenosť nášho bytia v krajnej núdzi, skúsenosť vlastného ohrozenia, zúfalstva, samoty a smútku. Hovorí: *„Sú to hodiny, v ktorých dochádzame na hranice svojej vlastnej moci a múdrosti, keď stroskotávame."* Uprostred strachu pred vlastnou smrťou môže náhle prísť upokojenie, podrobenie sa, akceptácia vlastnej situácie a uvedomenie. Dürckheim pokračuje: *„Ak sa z toho dostanem, budem už vedieť, odkiaľ vychádza môj život a kam smeruje."* Podobnú skúsenosť môže mať človek aj pri pocite nezmyselnosti a zúfalstva. Vo chvíli, keď sa prijme neprijateľné, sa náhle pochopí hlbší zmysel. (Porov. GRÜN, A. – DUFNER, M. *Spiritualita zdola.* Přel. J. Hermach. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1997, s. 30-31).

[150] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 36-37 (čes. vyd.: s. 40-41).

[151] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 103-106. Popielski zdôrazňuje odlíšenie zabsolutizovanej hodnoty od absolútnej hodnoty. Zabsolutizovaná hodnota má prvé a zabsolutizované miesto v systéme hodnôt, pričom zabraňuje rozvoju ďalších hodnôt do efektívneho systému. Absolútna hodnota je integrujúca hodnota, pri ktorej sa môžu ostatné hodnoty rozvíjať a vymieňať, preberať v rôznom čase hlavnú úlohu. Absolútna hodnota plní úlohu vyberajúceho a zjednocujúceho činiteľa. (Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 223).

Frankl popisuje svoju vlastnú skúsenosť z koncentračného tábora, keď si, chorý na škvrnitý týfus, blízko smrti, uvedomuje, že jeho kniha *Lekárska starostlivosť o duše*, napísaná ešte pred vojnou, už zrejme nikdy nevyjde. Dáva si ale otázku: *„Aký by to bol život, ktorého zmysel by padal tým, či človek vydá alebo nevydá knihu?"* Prepracuje sa k zrieknutiu a vnútorne obetuje svoje *„duchovné dieťa"*.[152]

Ak má človek zmysel života, potom ho má, či je jeho život dlhý, alebo krátky, či má potomstvo, alebo nie, lebo so zmyslom života je to tak, že ak ho človek nemá, tak ho nemá, aj keby trval akokoľvek dlho a mal by akokoľvek veľa detí. Ak by zmysel života chýbal bezdetnej žene len kvôli tomu, že nemá deti, znamenalo by to, že človek žije len kvôli deťom a zmysel života je vložený do práve prichádzajúcej generácie. Tým by sa problém zmyslu iba presunul, lebo každá generácia by ho presúvala nevyriešený na ďalšiu. Niečo nezmyselné nenadobudne zmysel tým, že to bude zvečnené. Paradoxné je, že život, ktorého zmysel by spočíval v rozmnožovaní, by bol sám v sebe nezmyselný, rovnako ako jeho rozmnožovanie. Rozmnožovanie má potom zmysel iba vtedy, ak má zmysel život sám. V materstve či v otcovstve sa nedá vidieť výhradný a posledný zmysel ženy.[153]

Zhrnutie

Vo všetkých životných situáciách je možné vidieť úlohu, a teda aj zmysel bytia. Aj zdanlivo negatívne stránky života, ako sú utrpenie, vina a smrť, môžu byť premenené na niečo pozitívne, ak k nim jedinec zaujme správy postoj. Zúfalstvo, ktorému možno prepadnúť, spočíva v zabsolutizovaní nejakej relatívnej hodnoty, ktorú človek pokladá za jedinú možnosť zmyslu svojho života. Riešenie nie je v znehodnotení nedosiahnuteľného, ale vo vedomom zrieknutí sa zabsolutizovaného. Ak má človek zmysel života, potom ho má za každých okolností.

[152] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 73 (čes. vyd.: s. 77).

[153] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 234.

3.1.15 Vedomie zmyslu dáva silu

Ťažký údel možno premeniť na vnútorný výkon

Vedomie zmyslu dáva človeku predpoklady vydržať všetky životné ťažkosti. Nietzsche povedal, že kto vie, prečo je na svete, znesie každý spôsob života[154]. Vedomie cieľa a potreba plniť nejakú úlohu je tým jediným, čo udrží človeka aj v najťažších podmienkach a vonkajších okolnostiach. Pri uvedomovaní si zmyslu rastie s vonkajšími problémami vnútorná sila odporu jedinca tak, ako sa klenba upevňuje tým, že sa zaťaží.[155] Dostojevskij definoval človeka ako bytosť, ktorá si zvykne na všetko.[156] *„Ak človek berie svoj nezvrátiteľný údel so všetkým utrpením, tak sa potom aj v tých najťažších situáciách a až do poslednej minúty života pred ním otvára plnosť možností ako zmysluplne utvárať vlastný život.“*[157] V krajne vyostrenom boji o prežitie môže človek zostať odvážny, statočný, dôstojný a nesebecký alebo zabudnúť na svoju humánnosť. Podľa toho potom uskutočňuje alebo márni tie možnosti, ktoré mu poskytla jeho bolestná situácia a jeho ťažký údel. Frankl hovorí, že sa iba málo ľudí v koncentračnom tábore mohlo priznať k svojej plnej vnútornej slobode a vyburcovať sa k uskutočneniu tých hodnôt, ktoré umožňuje utrpenie. Ale i jediný človek by, podľa Frankla, stačil na to, aby sme povedali, že človek môže byť svedkom svojej vlastnej vnútornej sily i napriek vonkajšej nepriazni osudu. Človek je všade konfrontovaný so svojím údelom, a tak je postavený pred rozhodnutie, či zo stavu svojho utrpenia urobí vnútorný výkon.[158]

Ochabovanie pri ťažkostiach a pochybnostiach

Bez pohľadu na jedinečný zmysel svojho života musí človek v ťažkých, problémových situáciách ochabnúť. Je ako horolezec v hustej hmle, ktorému sa stráca cieľ spred očí a hrozí mu, že podľahne nebezpečnej únave. Ochabuje, keď nevie, či je na správnej ceste. Keď sa hmla rozplynie, keď sa dokonca v diaľke objaví chata, cíti sa odrazu svieži a pri sile.[159]

Zhrnutie

Vedomie zmyslu dáva človeku predpoklady vydržať všetky životné ťažkosti. Pri uvedomovaní si zmyslu rastie s vonkajšími problémami vnútorná sila odporu jedinca. Človek je stále postavený pred rozhodnutie, či zo stavu svojho utrpenia urobí vnútorný výkon. Človek v ťažkostiach ochabuje vtedy, keď sa mu zmysel vytráca.

---

[154] Nietzsche povedal doslova: *„Kto má vo svojom živote nejaké prečo, znesie každé ako.“* FRANKL *...trotzdem Ja zum Leben sagen,* s. 124 (čes. vyd.: s. 73-74). Tento citát uvádza Frankl na viacerých miestach.

[155] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 31-32 (čes. vyd.: s. 36-37). V tejto súvislosti je vhodné spomenúť Antonovského pojem *„ sence of coherence“*. Křivohlavý prekladá tento pojem ako *„nezdolnosť typu koherencie“*, Baštecká uvádza preklady *„vedomie spojitosti“* alebo *„pocit zmysluplnosti sveta“*. Znamená *„celkovú orientáciu, ktorá vyjadruje obsah, v ktorý má vytrvalý – i keď dynamický – pocit dôvery, že naše vonkajšie a vnútorné prostredie je predvídateľné a že existuje vysoká pravdepodobnosť, že veci dopadnú tak dobre, ako sa dá rozumne očakávať.“* Antonovský upozornil na tri dimenzie osobnosti, ktoré sa podieľajú na tom, či sa daný človek dá ťažkosťami zlomiť, alebo či im bude vzdorovať. Okrem zrozumiteľnosti a zvládnuteľnosti je to práve zmysluplnosť, teda to, či sú pre jedinca požiadavky zmysluplnými výzvami, ktoré stoja za to, aby sa človek pre ne angažoval. Aj Vymětal zahŕňa zmysluplnosť medzi salutogenetické prvky. (BAŠTECKÁ, B. – GOLDMANN, P. *Základy klinické psychologie.* 1. vyd. Praha: Portál, 2001, s. 293 a tiež porov. KŘIVOHLAVÝ *Psychologie nemoci,* s. 99).

[156] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 117 (čes. vyd.: s. 103). Tento výrok Dostojevského uvádza Frankl stále tam, kde chce zdôrazniť obrovskú kapacitu človeka, ktorú mu dáva ľudský duch.

[157] *„In der Art, wie ein Mensch sein unabwendbares Schicksal auf sich nimmt, mit diesem Schicksal all das Leiden, das es ihm auferlegt, darin eröffnet sich auch noch in den schwierigsten Situationen und noch bis zur letzten Minute des Lebens ein Fülle von Möglichkeiten, das Leben sinnvoll zu gestalten.“* FRANKL *...trotzdem Ja zum Leben sagen,* s. 110 (čes. vyd.: s. 65). Slovo *„Schicksal“*, ktoré Frankl používa, je v českých a slovenských prekladoch prekladané ako *„osud“*. Treba poznamenať, že sú miesta, kde je pri preklade vhodnejšie použitie slova *„osud“* a sú miesta, kde je vhodnejšie použitie slova *„údel“*, tak ako to je aj tomto mieste.

[158] Porov. *ibid,* s. 110-111 (s. 65-66).

[159] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 227-228.

3.1.16 Smrť človeka nespochybňuje zmysel jeho života

Konečnosť života mu dáva zmysel

„Nikdy nemôžeme robiť závery o zmysluplnosti života podľa jeho dĺžky.“[160] Smrť nespochybňuje zmysel celého života.[161] Človek je konečný (čo sa týka času), konečnosť však zmysel ľudskej existencii dáva, a nie berie. Keby život človeka nebol konečný, mohol by svoje konanie odsúvať do nekonečna, nezáležalo by na tom, či sa niečo vykoná práve teraz. Smrť ohraničuje život a človek je pod určitým nátlakom využiť čas a do neho „vsadené“ jedinečné príležitosti. Konečnosť človeka je konštitučná pre jeho zmysel. Zmysel ľudskej existencie sa zakladá na jeho ireverzibilnom charaktere. Historické ponímanie života pomáha človeku postaviť sa k životu zodpovedne.[162] K zodpovednosti za to, ako človek utvorí nasledujúce minúty, pomáha táto predstava: *„Ži tak, ako by si už žil druhýkrát a ako by si prvýkrát urobil všetko tak zle, ak si to len dokážeš predstaviť.“*[163] K vnímaniu ireverzibility a historickosti života pomáha predstava, že je život filmom, ktorý sa nakrúca a ktorý nemožno potom strihať a opravovať. Ako sochár opracováva kameň a materiál tak naberá stále viac formu, tak človek opracováva látku, ktorá mu bola jeho údelom pridelená, a pokúša sa vyťažiť zo života toľko hodnôt, koľko sa dá. A nikdy nemožno robiť závery z dĺžky ľudského života o jeho zmysluplnosti.[164]

[160] *„Nie können wir aus der Länge eines Menschenlebens auf seine Sinnefülle schließen.“ Ibid,* s. 247.

[161] Smrť určitým spôsobom objasňuje zmysel života. Schmatz rieši otázku, čo ľudia pokladajú za najdôležitejšie, keď sú konfrontovaní so smrťou. Ak si otázku smrti kladie človek počas života častejšie, nachádza stále novú odpoveď, pohýna ho to k zmenám v živote. Hovorí, že iba človek sám si vie dať odpoveď na túto otázku a iba človek sám má zodpovednosť v slobode vyplniť svoj životný priestor. Smrť pripomína človeku, že sa musí k svojmu vlastnému životu postaviť sám, s jeho vlastnými možnosťami, pričom má svoje vlastné svedomie, vlastnú intuíciu, životné výzvy a múdrosť. Iba človek sám nachádza svoj vlastný zmysel života. Nikto nemôže druhému vnútiť nejakú autoritu. To, čo je pre človeka najdôležitejšie, je jeho výsostne osobné rozhodnutie a zodpovednosť. Ak si toto nechá človek zobrať, prichádza o životnú energiu, zdravie a radosť zo života. Toto je chápanie smrti, ktorá dáva výzvu žiť stále viac. (Porov. SCHMATZ *Zeit zu leben,* s. 94).

[162] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 245-246.

[163] FRANKL *Die Sinnfrage in der Psychotherapie,* s. 98.

[164] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 246-247.

Smrť robí život zmysluplným[165]

„Až smrť robí život z mnohých hľadísk vôbec zmysluplným.“[166] Pominuteľnosť nemôže ukončiť zmysel bytia preto, že z minulosti sa nemôže nič nenávratne stratiť, všetko zostáva uchované. Minulosť je uchránená pred pominuteľnosťou, uchránené je všetko, čo človek vykonal a vytvoril, prežil a zakúsil.[167]

Všetko, čo sa stalo, je uchované

Človek vidí obvykle strnisko pominuteľnosti a nevidí stodoly minulosti. Nič nie je nenávratne stratené tým, že sa to stalo minulým. Všetko je nestratiteľne uchované. Nič sa nedá odstrániť zo sveta, čo sa raz stalo.[168]

Pominuteľné sú iba možnosti

K životu patrí smrť, čím treba rátať s pominuteľnosťou. Jedinými, naozaj pominuteľnými vecami v živote sú iba možnosti. Vo chvíli, keď sú možnosti uskutočnené, stávajú sa realitami a sú uchované do minulosti. Pominuteľnosť nezbavuje našu existenciu zmyslu, ale je základom pre našu zodpovednosť, lebo všetko záleží na uskutočnení podstatne pominuteľných možností. Človek stále volí medzi možnosťami. Logoterapia nie je teda pesimistická, ale aktivistická.[169]

Nepochopiteľnosť smrti

Frankl hovorí o zmysluplnosti smrti, ale samotná smrť je pre neho nepochopiteľná. Hovorí, že kto si myslí, že chápe smrť človeka, klame sám seba. Nepochopiteľné je, že osobná podstata človeka je zo sveta úplne odstránená

[165] Podobne sa vyjadril Peck, ktorý hovorí: *„Smrť neodníma životu zmysel, skôr mu ho dáva. Viac ako čokoľvek iné mi moja láska ku smrti poskytla pocit zmysluplnosti tohoto života. Smrť je skvelá milenka. Ak trpíte pocitom nezmyselnosti alebo nudy, nemôžem vám navrhnúť nič lepšie, ako nadviazať vážnu známosť s koncom vašej existencie...Pretože ak sa budete zaoberať mystériom smrti, objavíte zmysel svojho života.“* (PECK, S. M. *Dále nevyšlapanou cestou. Nekonečná pouť duchovního růstu.* Přel. I. Machová. Olomouc: Votobia, 1994, s. 41).

[166] *„In mancherlei Hinsicht macht der Tod das Leben überhaupt erst sinnvoll.“* FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 9 (čes. vyd.: s. 19).

[167] Porov. *ibid,* s. 9 (s. 19).

[168] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 247.

[169] Porov. FRANKL *Člověk hledá smysl,* s. 77-78.

tým, že ňou nesený organizmus sa stal mŕtvolou, že teda už nepatrí žiadnej forme bytia.[170] Fakt vlastnej smrti nie je prežitkovo uskutočniteľný tak, ako fakt ešte nebytia pred vlastným narodením. Podobne nie je pochopiteľná človeku smrť milovanej osoby.[171]

[170] S nepochopiteľnosťou smrti je človek konfrontovaný najviac vtedy, keď umiera. Kübler-Rossová hovorí, že prežívanie a myslenie jedinca sa v tejto situácii mení. Nevedomky sa vzpiera predstave, že by jeho život na zemi mohol mať koniec. Keď spoznáva, že má určenú hranicu, presúva tento pocit na nejaké zlé pôsobenie zvonku. V podvedomí si človek pripúšťa, že môže byť iba zabitý. Je pre neho tiež nepredstaviteľné, že by mohol zomrieť iba tak, na starobu. Smrť je totiž v podvedomí spojená s nejakým strašným zločinom, ktorý volá po odplate a treste. Kübler-Rossová na inom mieste dodáva, že človek si otázku smrti v normálnom živote nepripúšťa. Keď počuje o rôznych nehodách a chorobách, hovorí si, že sa to týka tých druhých. (Porov. KÜBLER-ROSS, E. *Interviews mit Sterbenden.* Übers. U. Leippe. München: Droemersche Verlagsanstalt Th. Knaur Nachf., 1999. s. 27. (Čes. vyd.: *Hovory s umírajícími.* Přel. B. Dvořáček. Hradec Králové: SIGNUM UNITATIS, 1992, s. 8)). Výnimočnosť situácie, keď je človek konfrontovaný so smrťou, či už pre zomierajúceho, alebo pre človeka, ktorý je v blízkosti zomierajúceho, popisujú autori Cook a Phillips, Lugton, Silbernagl a Stätling-Tölle alebo Specht-Tomann a Tropperek. (Porov. COOK, B. – PHILLIPS, S. G. *Verlust und Trauer. Bedeutung – Umgang – Bewältigung.* Übers: M. Herrmann. Berlin/Wiesbaden: Ullstein Mosby, 1995, tiež porov. LUGTON, J. *Kommunikation mit Sterbenden und ihren Angehörigen. Mit einem Geleitwort von Annie T. Altschul.* Übers: K. Helleport. Berlin/Wiesbaden: Ullstein Mosby, 1995, tiež porov. SILBERNAGL, H. – STRÄTLING-TÖLLE, H. *Den Lebeneweg zu Ende gehen. Für einen menschlichen Umgang mit Sterben, Ton und Trauer.* München: Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KG, 1995. Dialog und Praxis. Bd. 35099 a tiež porov. SPECHT-TOMANN, M. – TROPPER, D. *Zeit des Abschieds. Sterbe- und Trauerbegleitung* 1. Aufl. Düsseldorf: Patmos, 1998).

[171] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 249. Keďže nikto nemôže človeku vziať jeho umieranie, najdôležitejšie je nájsť vlastný zmysel, vlastnú interpretáciu života a smrti. (Porov. NEMČEKOVÁ, M. Zmysel života, či smrti? *Filozofia,* 2000, roč. 55, č. 6, s. 484-493 [492]). Rollo hovorí, že v súvislosti s vážnym uvažovaním o zmysle vlastného života sa stretávame s problémom, ktorý v psychológii označujeme ako archaický strach – strach pred smrťou. S prehlbovaním racionality vstupuje do života neznáma dimenzia – budúcnosť a človek je konfrontovaný s nevyhnutnosťou smrti. Štádium, v ktorom si človek začne uvedomovať nevyhnutnosť tejto konfrontácie, sa označuje ako primárna trauma. V dôsledku primárnej traumy vzniká archaický strach, ktorý je trvalý a žiadnymi prostriedkami neodvrátiteľný. Môže viesť k narušeniu integrity človeka ako osobnosti. Vo vedomí sa môže prejaviť v prežívaní úzkosti, paralyzovaním chuti žiť, stratou dôvery v život, a to všetko môže výrazne determinovať formuláciu koncepcie zmyslu života človeka. Archaický strach je najsilnejšie prežívaný cit, ktorý človek má. (Porov. Cit in BOROŠ Psychologické aspekty zmyslu. *Pedagogická revue,* s. 60).

Zhrnutie

Konečnosť života a smrť dávajú životu zmysel a pomáhajú človeku správať sa zodpovedne a využívať jedinečné príležitosti každodenného života. Až smrť robí, paradoxne, život zmysluplným. Nič nie je nenávratne stratené tým, že sa to stalo minulým. Naopak, všetko je nestratiteľne uchované. Pominuteľné sú iba neuskutočnené možnosti. Samotná smrť je nepochopiteľná. Nepochopiteľné je, že osobná podstata človeka je zo sveta úplne odstránená. Fakt vlastnej smrti nie je prežitkovo uskutočniteľný tak, ako fakt ešte nebytia pred vlastným narodením.

3.1.17 Úspech a slasť sú pre zmysel nepodstatné

Život možno naplniť i napriek neúspechu

„Neúspešnosť neznamená nezmyselnosť.“[172] Hodnoty postoja sú uskutočňované tam, kde musí byť niečo nezmeniteľne prijímané ako údel, prijímané ako také. Hodnota postoja závisí od spôsobu, ako jedinec berie tieto veci na seba. Vytvára sa tak možnosť pre naplnenie života aj v utrpení. Podobné myšlienkové postupy sú uzavreté v každej triviálnej etike úspechu. Každodenný úsudok o hodnote a dôstojnosti ľudskej existencie odhaľuje hĺbku zážitku, v ktorom si veci zachovávajú svoju platnosť, bez ohľadu na úspech, nezávisle na efekte. Vnútorné naplnenie človeka aj napriek vonkajšiemu neúspechu vykresľuje najmä literárne umenie, v ktorom hrdinovia diel často ukazujú, že jedinec môže svoj život naplniť nielen obetovaním života, ale aj v úplnom stroskotaní.[173]

Nepodstatnosť slasti v hľadaní zmyslu

Podobne ako k poznaniu, že naplnenie nezávisí od úspechu, jedinec dochádza tiež k poznaniu o slasti. Keď človek prehodnocuje vlastnú minulosť,

[172] *„Erfolglosigkeit bedeutet nicht Sinnlosigkeit.“* FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 247.

[173] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 113-114 (čes. vyd.: s. 107). Podobne aj filozof Machovec hovorí, že *„život „šťastný“ nebýva totožný zo zmysluplným. „Šťastie“ je cieľ ľudí podpriemerných, nenadaných, hlúpych; naozajstná ľudská blaženosť (uspokojenie, zadosťučinenie apod.) vzniká len občasne ako sprievodný jav nejakej zmysluplných činnosti.“* (MACHOVEC, M. *Smysl lidské existence.* 1. vyd. Praha: Akropolis, 2002, s. 124).

napríklad nešťastné milostné zážitky spojené s utrpením, zistí, že nevedú k nenaplneniu. Naopak, v utrpení sa dozrieva, rastie a utrpenie môže dať viac, ako vie dať erotický úspech. Človek má tendenciu preceňovať pozitívnosť či negatívnosť zážitku. Slasť nedáva životu zmysel, ale ani nedostatok slasti zmysel životu neberie. Podobne je napríklad irelevantné pre obsah a kvalitu symfónie to, či je komponovaná v stupnici dur alebo v mol.[174] V živote teda záleží na slasti a nepríjemnosti zanedbateľne málo ako napríklad pre diváka v divadle spravidla nie je dôležité, či vidí komédiu alebo tragédiu. Dôležitý je pre neho obsah. Isté nepríjemné pocity z tragického deja nie sú cieľom návštevy divadla, lebo potom by všetci návštevníci boli zakuklení masochisti.[175]

Hľadanie zmyslu života v slasti je pomýlené

Materializmus definuje slasť ako istý proces v gangliových bunkách v mozgu. Otázne je, či kvôli takémuto procesu stojí za to žiť, prežívať, trpieť a niečo robiť. Ak má odsúdený na smrť možnosť dve hodiny pred popravou vybrať si akékoľvek jedlo, jeho snaha po slasti sa zoči-voči smrti zdá nezmyselná. Takéto poňatie života vedie už uprostred života k pochybovaniu o jeho zmysle. Podobne paradoxná situácia je, keď človek, ktorý chce spáchať samovraždu za mestom, tam nechce cestovať taxíkom, aby ušetril. Slasť nie je argumentom pre zmysel nejakého činu. *„Keby sme chceli vidieť celý zmysel života iba v slasti, musel by sa nám život javiť v konečnom dôsledku ako bezzmyselný*.“ [176]

Zhrnutie

Neúspešnosť neznamená nezmyselnosť, čo znamená, že život možno naplniť i napriek neúspechu a stroskotaniu, lebo veci si zachovávajú svoju hodnotu bez ohľadu na úspech. Podobne je to aj so slasťou. Človek má tendenciu preceňovať pozitívnosť, či negatívnosť zážitku. Nedostatok slasti zmysel životu neberie, lebo slasť nedáva životu zmysel. Snaha vidieť zmysel života iba v slasti je pomýlená.

[174] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 247-248.
[175] Porov. *ibid,* s. 223.
[176] *„Wollten wir wirklich in der bloßen Lust den ganzen Lebenssinn sehen, dann müßte das Leben letzten Endes sinnlos erscheinen.“ Ibid,* s. 223-224.

3.1.18 Absencia zmyslu vedie k pseudozmyslom[177]

Šťastie prichádza s napĺňaním vôle ku zmyslu

Existuje predsudok, že človek sa usiluje v zásade o to, aby bol šťastný. Človek v skutočnosti chce mať na šťastie dôvod. Ak nájde dôvod, potom sa pocit šťastia dostaví sám od seba. Ak sa totiž na pocit šťastia človek priamo zameriava a stráca zo zreteľa dôvod, ktorý naň môže mať, samotné šťastie sa stráca.[178] Človeka v hlbine duše nenapĺňa ani *„vôľa k moci“*[179], ktorú zdôrazňoval Adler, ani *„vôľa k rozkoši“*[180], ktorú zdôrazňoval Freud. Napĺňa ho vôľa ku zmyslu, ktorá ho uspôsobuje na to, aby hľadal zmysel, ale tiež, aby hľadal iné ľudské osoby a aby ich miloval. Naplnenie vôle ku zmyslu a stretávanie sa s inými dáva človeku dôvod na šťastie a na rozkoš.[181]

Rozkoš nemá byť cieľom

Človeku obyčajne nejde nikdy iba o holú rozkoš, ale oveľa viac mu ide o zmysel. Radosť či rozkoš prichádza s naplnením nejakého cieľa, kde rozkoš nie je cieľom, ale dôsledkom. Rozkoš je efektom, sprievodnou vecou pri smerovaní k cieľu. Rozkoš musí byť stále *„na niečo“*[182]. Ak sa stane človeku rozkoš cieľom, stráca sa mu zo zreteľa dôvod a rozkoš sa vytráca.[183] Napríklad ľudská sexualita je viac ako iba sexualitou, a to v tom zmysle, že je výrazom snahy po láske. Ak táto snaha chýba, nedochádza k plnému ľudskému prežitku, nie je vyčerpaný ľudský potenciál, ktorý je obsiahnutý v ľudskej sexualite, čím je inkarnácia lásky, najintímnejšieho a najosobnejšieho vzťahu medzi ľuďmi.[184]

[177] Slovo pseudozmysel používa v tejto súvislosti Smékal a rozumie tým orientáciu na úspech, na pôžitok, na egocentrické sebapresadzovanie. (Porov. FRANKL *Člověk hledá smysl,* s. 5).
[178] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 228.
[179] *„...Wille zur Macht...“* FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 175 (čes. vyd.: s. 12).
[180] *„...Wille zur Lust...“ Ibid,* s. 175 (s. 12).
[181] Porov. *ibid,* s. 175 (s. 12).
[182] *„...woran...“* FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 231.
[183] Porov. *ibid,* s. 231.
[184] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 21-22 (čes. vyd.: s. 13-14).

Moc nemá byť cieľom

Čo platí o vôli k rozkoši, to analogicky platí aj o vôli k moci. Moc je prostriedkom pre naplnenie istých spoločenských a hospodárskych cieľov, s ktorými je viazaná. Ale aj moc, ako aj rozkoš, sa môže nesprávne stať cieľom.

Pseudozmysly sa objavujú s frustráciou vôle ku zmyslu

Rozvíjanie vôle k rozkoši alebo k moci prichádza práve vtedy, keď chýba zmysel. V tejto súvislosti hovorí Frankl o neurotickej motivácii.[185] Vôľa k moci a vôľa ku slasti sa objavujú podľa Frankla vtedy, keď je vôľa k zmyslu frustrovaná. Lukasová zistila, že návštevníci viedenského zábavného parku sú existenciálne nadpriemerne frustrovaní. Frankl hovorí, že vôľa ku slasti je v rozpore so sebou samou, lebo čím viac sa o slasť človek snaží, tým viac mu uniká.[186]

Zhrnutie

Šťastie neprichádza vtedy, keď je pre človeka jediným cieľom, ale ako sprievodný efekt pri napĺňaní zmyslu života. Podobne je to aj s rozkošou a mocou – nemajú byť cieľom, ale dôsledkom. Pri rozkoši má byť cieľ láska a pri moci naplnenie spoločenských cieľov. Snaha po rozkoši a po moci, alebo iné pseudozmysly, sa objavujú pri nedostatku alebo úplnej absencii pocitu zmyslu života.

3.1.19 Samovražda ako nesprávne riešenie v hľadaní zmyslu

Neoprávnenosť bilančnej samovraždy

V súvislosti s hľadaním zmyslu života spomína Frankl bilančnú samovraždu.[187] Človek sa rozhoduje na základe bilancie, ktorú vykoná. Môže zhodnotiť celý svoj život a bilancia môže vyznieť negatívne v prípade, keď jedinec prežíva ako zmysel svojho života slasť. Môže tiež urobiť bilanciu konkrétnej životnej situácie a urobiť uzáver, že v jeho postavení už neexistuje žiadne východisko.[188] Možno však spochybniť to, či je jedinec schopný urobiť objektívnu bilanciu. Môže sa mýliť napríklad v pohľade na bezvýchodiskovosť situácie. Ak by sa mohol mýliť, čo i len jeden jedinec, potom je každý pokus o samovraždu neoprávnený.[189]

Žiadna samovražda nie je oprávnená

Teoreticky by bola samovražda v niektorých krajných prípadoch ako prinesená obeť oprávnená.[190] Empiricky motívy takejto samovraždy vychádzajú z resentimentu a zdá sa, že by sa dalo v takýchto prípadoch nájsť nejaké východisko. Prakticky možno teda povedať, že samovražda nie je nikdy oprávnená, ani ako odpykanie viny. Samovražda zvečňuje to, čo sa stalo, namiesto toho, aby odstránila nešťastie, ktoré sa stalo – odstraňuje iba vlastné ja. Človeku, ktorý sa rozhodol pre samovraždu, treba stále pripomínať, že samovražda nerieši žiadny problém. Ako by hráč šachu namiesto vyriešenia problému zhodil figúrky zo šachovnice, tak by aj v živote človek samovraždou nevyriešil žiadny problém tým, že by odhodil život. Život má, ako šach, pravidlá, ktoré sa majú dodržiavať. Pravidlá dovoľujú prehrať, ale nedovoľujú sa nikdy vzdať.[191]

---

[185] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 176-177 (čes. vyd.: s. 13).
[186] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 19-20 (čes. vyd.: s. 12).
[187] Bilančná samovražda je samovražda motivovaná zhodnotením doterajšieho života. Motívov pre spáchanie samovraždy sa ale vo všeobecnosti uvádza niekoľko. Problém samovraždy sa netýka len psychológie, ale aj antropológie, filozofie, medicíny (psychiatrie), sociológie, teológie. Akékoľvek čiastkové práce z jednotlivých pohľadov rôznych vedných disciplín a zachytávajú obvykle len nejaký aspekt, pričom zovšeobecnenie uniká. (Porov. CEDLER, J. *Samovraždy a samovražedné pokusy z hľadiska psychiatrickej diagnózy.* Katedra psychiatrie Inštitútu pre ďalšie vzdelávanie lekárov a farmaceutov v Bratislave. Bratislava: 1987, s. 10).
[188] O ťažkom, absurdnom údele človeka, ktorý hľadá východisko a ktorý odmieta samovraždu, hovorí Camus. (Viac v časti o existencializme).
[189] Porov. FRANKL *Zeiten der Entscheidung,* s. 148.
[190] Myslí sa tu samovražda motivovaná obetovaním sa v mene nejakej idey, čo môže mať napríklad formu mučeníctva alebo atentátu. Niektorí kladú otázku, či je sebaobetovanie samovraždou. V sebaobetovaní totiž chýba túžba po smrti. (Porov. ČAJDÍK, Z. *Suicidálna motivačná schéma príslušníkov PZ SR.* Katedra sociálnej práce Fakulty zdravotníctva a sociálnej práce Trnavskej univerzity v Trnave. Trnava: 2000, s. 14). Túžba po smrti síce chýba aj v iných druhoch samovrážd, ale tých sa Franklova výnimka netýka. (Porov. FOUCAULT, M. *Dějiny šílenství. Hledání historických kořenů pojmu duševní choroby.* Přel. V. Dvořáková. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1994, s. 146).
[191] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 243-244.

Samovražda nerieši žiaden problém

Nemožno odstrániť zo sveta všetky dôvody, ktoré robia človeka nešťastným a odradiť ho tým od úmyslu na samovraždu.[192] Možno ho ale učiť žiť bez toho, čo z nejakého dôvodu nemôže mať, že môže vidieť kus života práve v tom, že svoje nešťastie vnútorne prekoná, porastie na ňom a zmení pohľad na svoje utrpenie. [193]

Zhrnutie

Bilančná samovražda, ktorú človek vykoná na základe bezvýchodiskovej životnej bilancie, je neoprávnená vzhľadom na možnosť omylu. V praxi neexistuje dôvod na oprávnenosť samovraždy. Samovražda zvečňuje to, čo sa stalo, namiesto toho, aby odstránila nešťastie. Samovražda nerieši žiadny problém. Nemožno odstrániť zo sveta všetky dôvody nešťastia. Možno ale učiť človeka žiť bez toho, čo z nejakého dôvodu nemôže mať, pomáhať mu k zmene pohľadu na svoje utrpenie. Franklovej argumentácii proti samovražde je niektorými autormi vyčítaná nepresvedčivosť.[194]

[192] Dôvodov a spôsobov myslenia, ktoré človeka môžu viesť k samovražde, je mnoho, o čom svedčí napríklad filozofická tradícia. V nej je problém samovraždy niekoľkokrát spomínaný. Platon spomína: „...nie je nezmyselné, že sa človek nemá zabiť skôr, dokiaľ mu boh nepošle nejakú nevyhnutnosť,..“ Hegesias otvorene nabádal k samovražde. Ideály stoicizmu pripúšťali samovraždu po zrelej úvahe. Augustín považuje samovraždu za istý druh zbabelosti a pýchy, keď niekto nevie uniesť utrpenie alebo poníženie. Kresťanský stredovek prísne odmietal samovraždu. Osvietenstvo akceptovalo ospravedlniteľnosť samovraždy, ale len na základe presne stanovených podmienok. Kant samovraždu rozhodne odsudzoval. Schopenhauerovi pripadá samovražda bezvýznamná. Pre Sartra je spáchanie samovraždy potvrdenie faktícity života pociťovaného ako nepríjemnosť alebo vyhnutie sa nejakej nepríjemnej situácii. (Porov. VESELICKÝ, T. *Camusovo vysporiadanie sa s absurdnom (alebo o tom ako vznikol jeden mýtus...)* Diplomová práca pod vedením A. Slavkovského. Trnava: Katedra filozofie Fakulty humanistiky Trnavskej univerzity v Trnave, 2002, s. 8).

[193] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 67-68 (čes. vyd.: s. 67-68).

[194] Fuchs hovorí, že Frankl stupňuje svoje výzvy, keď hovorí o životnom obsahu, úlohe, či poslaní, ktoré je potrebné potencionálnym samovrahom ukázať. Podceňuje pritom ich frustráciu z konečnej nihility. Ani zdôraznená korelácia náročnosti a zmysluplnosti života nefunguje v perspektíve anihilácie osoby. Frankl teda, pod tlakom terapeutickej potreby pozitívnosti na jednej strane a filozofickej núdze zániku osoby na strane druhej, kopí vážne chyby v logoterapeutickej argumentácii proti samovražde, čo musí byť aj prakticky kontraproduktívne – samovraždu teda Frankl, podľa Fuchsa, skôr legitimizuje. (FUCHS, J. *Filosofie 6. Problém osobnosti.* 1. vyd. Praha: Krystál OP, 2002, s. 247).

3.1.20 Zmysel možno naplniť realizáciou tvorivej hodnoty[195]

Zmysluplnosť výkonu je v zameraní na spoločenstvo

Zmysluplnosť ľudskej existencie je založená na jedinečnosti a neopakovateľnosti ľudskej osoby. Tvorenie človeka nadobúda svoju hodnotu podľa toho, či je tvorením pre spoločenstvo. Až *„spoločenstvo ako to, na čo je zamerané ľudské tvorenie, prepožičiava osobnej jedinečnosti a neopakovateľnosti existenciálny zmysel.“*[196]

Zmysel práce spočíva vo vzťahu k spoločenstvu

Podľa toho, do akej miery sú tvorivé hodnoty v popredí životnej úlohy, do takej miery sa zhoduje oblasť ich konkrétneho naplnenia s prácou v povolaní. Zmysel a hodnota práce spočívajú vo výkone pre iného človeka, a nie na samotnom výkone povolania. *„Práca môže byť zvlášť poľom, na ktorom stojí jedinečnosť indivídua vo vzťahu k spoločenstvu, a tak nadobúda práca zmysel a hodnotu.“*[197]

Pocit nenaplnenosti z práce nezaviňuje práca, ale človek

Nie je to tak, že existuje iba jedno určité povolanie, ktoré by človeku ponúkalo možnosť naplnenia. Neuroticky naladení ľudia si myslia, že by ich život bol naplnený, keby boli v inom povolaní. Nechápu však zmysel práce alebo sa klamú. Ak konkrétne povolanie neprináša pocit naplnenia, potom nie je vina v povolaní, ale je v človeku. Povolanie nerobí samo osebe človeka nenahraditeľným a nezastupiteľným, ale mu iba dáva k tomu príležitosť.[198]

[195] Niektorí kladú tvorivú aktivitu pre napĺňanie zmyslu na prvé miesto. Napríklad Kosová hovorí, že zmyslom života je potvrdzovať svoju existenciu činmi. Len prostredníctvom ľudskej aktivity je človek stále niečím viac, než je. Prekonáva sám seba tým, že tvorí. Snaha po tvorivej činnosti je najpodstatnejším znakom celej existencie ľudstva. (Porov. KOSOVÁ, B. Zmysel života a ciele výchovy. *Pedagogická revue,* 1993, roč. 45, č. 5-6, s. 241-252 [243]).

[196] *„...die Gemeinschaft als daß, worauf menschliches Schaffen gerichtet ist, der persönlichen Einzigartigkeit und Einmaligkeit erst den existentiellen Sinn verleiht.“* FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 131 (čes. vyd.: s. 122).

[197] *„ Im besonderen kann die Arbeit jenes Feld darstellen, auf dem die Einzigartigkeit eines Individuums in Beziehung zur Gemeinschaft steht und so Sinn und Wert berommt.“ Ibid,* s. 121-122 (s. 113-114).

[198] Porov. *ibid,* s. 122 (čes. vyd.: s. 114).

Nezáleží na povolaní, ale na osobnom angažovaní

Nezáleží na konkrétnom povolaní, ale na tom, či sa to osobné a špecifické, čo tvorí špecifickosť existencie jedinca, v práci uplatní a robí život zmysluplným alebo nie. [199]

Zmysel je v konaní nad rámec povinnosti

Zmysel práce lekára nespočíva v tom, že koná podľa pravidiel svojej profesie, ani v tom, že v danom prípade predpíše liek alebo dá injekciu. Tieto výkony sú iba rámec alebo príležitosť pre uplatnenie toho osobného, čo ho robí v práci nezastupiteľným a čím nadobúda práca zmysel. Až keď človek koná nad to, čo mu káže jeho povolanie, až tam začína osobná a naplňujúca práca. Túto šancu dáva každé povolanie. Nenahraditeľnosť, nezastupiteľnosť, jedinečnosť a neopakovateľnosť spočíva v človeku, v tom, kto a ako koná, nie v tom, čo koná. Napríklad hodnota domácej práce ženy nespočíva v samotných úkonoch, ale v jej láskyplnom vzťahu k manželovi a deťom, v čom je jej úloha nezastupiteľná.[200]

Práci, ktorá je len prostriedok k cieľu, chýba zmysel

Možnosť tvorivej realizácie a jedinečného naplnenia človeka v práci býva často pokrivená, keď ľudia pracujú napríklad iba pre záujmy zamestnávateľov alebo mechanicky, neosobne či normovane. Človek potom chápe prácu len ako prostriedok k cieľu, teda na získanie peňazí, nutných pre vlastný život, ktorý začína až vo voľnom čase, v ktorom sa človek slobodne a voľne utvára. Mnohí ale pracujú tak namáhavo, že je pre nich voľný čas iba časom na zotavenie. Podnikatelia sú tiež v nebezpečí deformácie, lebo v snahe získania čím viac peňazí zabúdajú na bezprostredný život. Zarábanie peňazí sa stalo samoúčelom. Jeho peniaze majú síce uplatnenie, ale jeho život nemá účel. Ich zárobkový život bujnie nad jeho vlastným životom. Okrem zarábania peňazí nepoznajú nič, žiadne umenie alebo šport. Ak vstupuje do nejakej hry, tak iba v spojitosti s peniazmi, napríklad v kasínach.[201]

[199] Porov. *ibid,* s. 122-123 (s. 114).
[200] Porov. *ibid,* s. 123 (s. 114-115).
[201] Porov. *ibid,* s. 123-124 (čes. vyd.: s. 115-116).

Nebezpečenstvo v nezamestnanosti

Existenciálny význam práce je viac viditeľný v situácii, keď je človek nezamestnaný. Existuje dokonca pojem *„neuróza v nezamestnanosti“*[202], ktorého symptómom je apatia. Nezamestnaný je stále viac bez záujmu, nevie sa chopiť pomoci, ktorá je mu ponúkaná, je vnútorne nenaplnený, cíti sa neužitočný, domnieva sa, že jeho život nemá zmysel, a tak má predpoklady pre ďalší neurotický vývoj. Nezamestnanosť je pre neurotika vítanou príležitosťou, aby sa zbavil viny zo všetkých svojich životných zlyhaní. Vlastné chyby vyhlási za osudové následky nezamestnanosti a má tak sklon k provizórnej modalite existencie. Domnieva sa, že by sa od neho nemalo nič vyžadovať, a ani sám od seba nič nevyžaduje. Osud nezamestnanosti ich akoby zbavuje zodpovednosti za život.[203]

Možnosť naplniť život zmyslom nezávisle od práce

Nezamestnaný ale nemusí upadnúť do neurózy z nezamestnanosti. Človek môže žiť inak i napriek silám sociálneho osudu. Ľudia, ktorí sú nezamestnaní, môžu využívať čas aktívne a zmysluplne. Môžu pochopiť, ako svojmu životu možno, i napriek nezamestnanosti, dať zmysel. Môžu odhaliť, že povolanie a životná úloha nemusia byť identické. Je na človeku, či i napriek nezamestnanosti ostane vnútorne vzpriamený, alebo sa stane apatickým. *„Schopnosť práce nie je všetko, nie je ani dostačujúcim, ani nutným dôvodom, aby bol život naplnený zmyslom.“*[204]

Možnosť zneužitia práce

Práca sa dá neuroticky zneužívať podobne ako šport alebo umenie na prekrytie existenčnej prázdnoty. Počas nedostatku aktivity človek pociťuje svoje aktivitou vytesňované existenčné vákuum, čoho príkladom sú *„nedeľné neurózy“*.[205]

[202] *„...Arbeitslosigkeitsneurose...“ Ibid,* s. 124 (s. 116).
[203] Porov. *ibid,* s. 124-125 (s. 116-117).
[204] *„Arbeitsfähigkeit ist nicht alles, sie ist weder ein zureichender noch ein notwendiger Grund, um das Leben mit Sinn zu erfüllen.“ Ibid,* s. 125-128 (s. 117-119).
[205] *„Sonntagsneurose“ Ibid,* s. 128-131 (s. 120-122).

Manažérska choroba

Manažérska choroba je predčasné telesné a duševné zrútenie, spôsobené stálym napätím, ktorému sú vystavení ľudia, ktorí nesú na svojich ramenách neúmernú zodpovednosť. Patrí k civilizačným chorobám, ktoré priniesol technický pokrok. Ľudia konajú často kvôli prestíži, ctižiadostivosti alebo v záujme udržania životnej úrovne, hoci je to na úkor ich zdravia. Platí tiež, že stres spôsobuje nie iba nadmerné zaťaženie, ale aj náhle uvoľnenie z napätia. Táto choroba sa dá liečiť a dá sa jej tiež predchádzať. Dôležité sú tieto odporúčania: 1. vystríhať sa rozčúlenia, 2. zaistiť si dostatočné množstvo spánku, 3. hľadať pravidelnú príležitosť nielen na duševnú činnosť, ale i na telesnú námahu. Posledné odporúčanie je obzvlášť dôležité, lebo šport je protijed proti každej civilizačnej chorobe.[206]

Zhrnutie

Uskutočňovanie tvorivých hodnôt spočíva v tom, čo človek vytvára a dáva spoločenstvu. Do kategórie uskutočňovania tvorivých hodnôt spadá všetko, čo človek koná, napríklad umelecké alebo vedecké dielo, záujmová činnosť, šport, predovšetkým ale práca, ktorá dáva príležitosť na objavovanie a uskutočňovanie tvorivých hodnôt. Nejde o akékoľvek konanie, ale o také, ktorým sa zľudšťuje tento svet a zvyšuje úroveň dôstojnosti života čo najväčšieho počtu ľudí. Zameranosť konania na spoločenstvo mu dáva zmysel a, naopak, konanie vykonávané egocentricky a bez ohľadu na druhých, je nezmyselným, aj keby bolo svojou povahou cenné. Aby človek urobil, hoci aj z rutinnej činnosti, zmysluplné ľudské dielo, musí ho zamerať za hranice svojho ja. Každá činnosť v sebe obsahuje skrytý zmysel. Vytvorením diela, vykonaním činu, ktorý je prínosom pre svet, sa tak život môže stať zmysluplným.

3.1.21 Zmysel možno naplniť realizáciou zážitkovej hodnoty

Realizácia zážitkovej hodnoty

Zmysluplnosť ľudskej existencie, ktorá je založená na jedinečnosti a neopakovateľnosti ľudskej osoby, možno tiež naplniť realizáciou zážitkovej hodnoty. Realizácia zážitkovej hodnoty je akýkoľvek skutočný ľudský zážitok, ktorý ho obohacuje, či povznáša. Môže to byť zážitok hodnotného umeleckého diela, krásy prírody alebo úspešného ľudského výkonu. Prežívanie človeka je realizáciou zážitkovej hodnoty, teda nadobúda svoju hodnotu podľa toho, či je zamerané na spoločenstvo. Najhodnotnejší ľudský zážitok je láska – výnimočné je existenciálne prežívanie vo dvojici, vo vnútornom spoločenstve ja a ty[207]. Láska môže byť vzťahom medzi vzájomne si oddanými milencami, môže to byť blízkosť medzi starými priateľmi, ktorá trvá roky, môže to byť láska, ktorú cítia rodičia k svojim deťom, alebo zduchovnená láska človeka, ktorý sa oddáva službe druhým. Ľudskú lásku môžeme chápať aj ako starostlivý postoj, napríklad ako oddanosť odbornej práci v službe spoločnosti. Jedine láskou si dokážeme v plnosti uvedomiť vnútorné ja druhého človeka. Láska, v ktorej človek prežíva druhého človeka v celej jeho jedinečnosti a neopakovateľnosti, je teda cestou a poľom, kde možno realizovať zážitkové hodnoty.[208]

Definícia lásky

„V láske je vnímaný milovaný človek v svojej podstate ako bytosť, ktorá je svojou existenciou neopakovateľne tu a svojím spôsobom existencie jedinečne práve taká, ako je; je vnímaná ako ty a je takáto prijímaná od iného ja.“ [209] Pre toho, kto miluje, je milovaná osoba, bez toho, aby pre to niečo urobila, nenahraditeľná a nezastupiteľná. Láska nie je niečo, čo si človek môže zaslúžiť, ale milosť.[210]

---

[206] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 116-120 (čes. vyd.: s. 102-105).

[207] „Ja-Ty“ použil vo svojej filozofii dialógu M. Buber už v roku 1923. Buber hovorí, že k nájdeniu spoločenstva vedie cesta prostredníctvom dialógu, cesta zážitku zdieľania bytostných vzťahov. Slovo „Ja-Ty“ ustanovuje náš svet vzťahu, ak vyslovíme „Ty“ súčasne vyslovujeme dvojicu „Ja-Ty“. Slovo „Ja-Ono“ vymedzuje svet ako skúsenosť. Ak povieme „Ono“, povieme súčasne aj „Ja-Ono“. Pojmom vzťah rozumie Buber „vzájomnosť“. Základným faktom ľudskej existencie je človek s človekom. To je základná konštitúcia života. Človek nemôže existovať bez „Ty“. (Porov. BUBER *Já a Ty,* s. 111-116. Tiež porov. BLECHA *Filosofický slovník,* s. 203. Tiež porov. BUBER *Problém člověka,* s. 153).

[208] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 131 (čes. vyd.: s. 122).

[209] *„In der Liebe wird der geliebte Mensch wesentlich als das in seinem Da-sein, einmalige und in seinem So-sein einzigartige Wesen erfaßt, das er ist; er wird als Du erfaßt und als solches in ein anderes Ich aufgenommen.“ Ibid,* s. 132 (s. 122-123).

[210] Patočka hovorí, že *„nemilujeme stránky a charaktery, ale bytosť v jej bytí – a hlboký, naozajstný vzťah nemôže kompromitovať žiadne sklamanie a žiadna zrada.“* (PATOČKA, J. *Přirozený svět jako filosofický problém.* Praha: Československý spisovatel, 1992, s. 238-239).

Vplyv lásky na milujúceho

Láska je kúzlo, ktoré otvára milujúcemu svet v jeho hodnotovej plnosti. Milujúci zakúša vo svojej zameranosti na ty vnútorné obohatenie, ktoré vychádza za toto ty, celý vesmír sa pre neho stáva hodnotovo širším a hlbším. Láska nerobí človeka slepým, ale naopak.[211] Láska mimoriadne zvyšuje vnímavosť voči plnosti hodnôt – akoby sa milujúcemu náhle otvorili brány k celému vesmíru hodnôt.[212] Okrem toho, že je láska milosťou a kúzlom, skrze lásku nadobúda svoju existenciu dieťa, v ktorom vstupuje do života nová osoba, sama vo svojej existencie plná tajomstiev jedinečnosti a neopakovateľnosti.[213]

Láska je to najvyššie, prečo človek môže žiť

Frankl uprostred ťažkej situácie v koncentračnom tábore premýšľa o vzťahu k svojej žene a hovorí, že si po prvýkrát v živote uvedomuje pravdu, ktorú vyslovilo už toľko mysliteľov *„že láska je to posledné a najvyššie, k čomu sa človek môže vzopnúť“*[214] a hovorí, že už chápe zmysel toho posledného a najkrajnejšieho, čo môže vypovedať ľudské myslenie, poézia a viera: *„vykúpenie láskou v láske“*[215]. Píše, že pochopil, že človek, aj keď mu na tomto svete nezostáva už vôbec nič, môže byť blažený (aj keď iba na okamih), ak je vo svojom najhlbšom vnútri oddaný obrazu milovaného človeka. Hovorí, že v hraničnej situácii, keď sa už človek nemôže realizovať vlastným pričinením, v ktorej jeho jediný výkon spočíva v naozajstnom utrpení, má človek schopnosť sám seba naplniť milujúcim pohľadom, kontempláciou duchovného obrazu milovaného človeka, ktorý v sebe nosí. Hovorí, že pochopil význam toho, čo sa hovorí, že anjeli sú blažení v nekonečnom láskyplnom hľadení na nekonečne slávnu Krásu.[216]

Láska sa v najväčšej hĺbke viaže na duchovnú bytosť milovanej osoby

Frankl hovorí, že sa v koncentračnom tábore naučil, že *„láska sa zďaleka neviaže iba s telesnou existenciou človeka. V najväčšej hĺbke v láske ide o duchovnú bytosť milovaného človeka.“*[217] Takže to, či je milovaná osoba práve prítomná, či telesne existuje a či ešte žije, nepotrebuje človek v tej chvíli vedieť. Láske, láskyplnému spomínaniu, láskyplnému pohľadu na duchovnú podobu to vôbec nemôže škodiť. Frankl hovorí, že keby bol v tábore vedel, že jeho žena zomrela, asi by ho toto poznanie vôbec nerozrušilo a on by sa s rovnakou oddanosťou oddával láskyplnej kontemplácii svojej milovanej a duchovný rozhovor s ňou by bol býval rovnako intenzívny a naplňujúci. V tej chvíli pochopil, čo znamená pravda: *„Prilož ma k svojmu srdcu ako pečať, lebo silnejšia ako smrť je láska.“*[218]

Láska pomáha v nachádzaní zmyslu[219]

Franklovi pomohla k prežitiu krutých podmienok koncentračného tábora a pri hľadaní zmyslu jeho života spomienka na manželku.[220] Píše: *„Začínaš*

[211] *„Láska je vzťah k celému Ty, pričom nenávisť je vždy slepá, vidí len časť bytosti.“* (BUBER *Já a Ty,* s. 113.) Scheler hovorí podobne: *„Láska činí človeka jasnozrivým“* (Viac v časti o Schelerovi).

[212] Láska napomáha lepšiemu poznaniu človeka. Buber hovorí, že na otázku „Čo je človek?“ nemožno odpovedať na základe skúmania ľudskej osoby ako takej. Iba človek, ktorý uskutočňuje vzťahy, ktoré sú pre neho možné, celou svojou bytosťou, v celom svojom živote, naozaj pomáha poznať človeka. (Porov. BUBER *Problém člověka,* s. 144).

[213] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 132 (čes. vyd.: s. 123). Dieťa, vstupujúce ako tretie indivíduum do vzťahu „ja – ty“, v zmysle „muž – žena“, tvorí novú dimenziu a obohacuje vzťah o „ja – vy“. Láska je základom harmónie rodiny v rovine biologickej, psychologickej, sociálnej a spirituálnej. (Porov. POSPÍŠIL, J. Principy rodiny a jejich historické kořeny. In *Paidagogos – internetový časopis pre pedagogiku a s ňou súvisiace vedy.* [online] 2000, I. ,1 , [akt. 2000-11-15], [cit. 2004-12-07]. Dostupné na www: <http://www.paidagogos.net>)

[214] *„... daß Liebe irgendwie das Letzte und das Höchste ist, zu dem sich menschliches Dasein aufzuschwingen vermag.“* FRANKL *...trotzdem Ja zum Leben sagen,* s. 65 (čes. vyd.: s. 37).

[215] *„... die Erlösung durch die Liebe und in der Liebe...“ Ibid,* s. 65 (s. 37).

[216] Porov. *ibid,* s. 65-66 (s. 37-38). Podobný zážitok oslobodzujúcej sebatranscendencie zakúsil Dostojevskij, keď čakal na výstrel popravčej čaty, a keď zbadal lúče vychádzajúceho slnka odrážajúceho sa na pozlátenej kopule neďalekého chrámu. O čomsi podobnom tiež rozpráva Tolstoj, keď popisuje Bezuchova, ktorý leží na snehu spolu s ostatným zajatcami pod vysokým hviezdnatým nebom. (Porov. JANÁT Viktor Emil Frankl a příběh XX. století. *Československá psychologie,* s. 262).

[217] *„... so wenig meint Liebe die körperliche Existenz eines Menschen, so sehr meint sie zutiefst das geistige Wesen des geliebten Menschen...“* FRANKL *... trotzdem Ja zum Leben sagen,* s. 67 (čes. vyd.: s. 38).

[218] Porov. *ibid,* s. 67 (čes. vyd.: s. 38-39).

[219] Podobne hovorí aj Tillich. (Porov. TILLICH, P. Poznanie prostredníctvom lásky. *Kresťanská revue,* 1998, roč. 65, č. 4, s. 86-88 [88]).

[220] Patočka hovorí, že až v druhom človeku nachádzame seba, svet, pocit existencie zmyslu. (Porov. VYMĚTAL, J. *Úvod do psychoterapie.* 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství J. Kocourek, 1992. Ed. Psychoterapie. Sv. 1, s. 166).

hovoriť s milovanou bytosťou, cítiš jej prítomnosť, cítiš: Ona je tu" a uprostred šedivosti bolestného života, v stálej blízkosti smrti a v boji o zmysel utrpenia *„cítiš, ako tvoj duch preniká celým týmto bezútešným a nezmyselným svetom von a tebe na posledné otázky o poslednom zmysle odniekiaľ jasá víťazné „Áno!"*[221]

Podstata lásky a zamilovanosť

Je veľa ponímaní lásky. Láska nie je v tom, keď jedinec iba pudovo vzplanie k niekomu, kto sa dá nahradiť iným, ktorý má podobné vlastnosti. Láska nie je to, keď niekto miluje filmovú hviezdu na základe príjemného hlasu alebo pekného vzhľadu. Možno tu hovoriť o zamilovanosti. Láska začína tam, kde nejde len o vlastnosti, ale kde ide o ich nositeľa, kde ide o osobu samu, o jedinečného človeka, ku ktorému sa dá v láske priblížiť a s ktorým sa dá stretnúť. Láska nie je prenosná. Milovanú osobu sa nedá nahradiť inou, ktorá má jej vlastnosti. V láske nie je osoba anonymná.[222] Milovať niekoho znamená oslovovať ho ty. Milovať znamená druhého nielen pochopiť, ale ho aj prijať. Milovať znamená nevidieť len to, čím skutočne druhý je, ale aj to, čím by byť mohol, ako povedal Dostojevskij: *„Milovať znamená vidieť druhého človeka takého, akým sa mal stať podľa zámerov Božích."* Skutočná láska nezaslepuje. Zaslepuje iba zamilovanosť. Láska dovoľuje vidieť reálne, jasnozrivo, predvídavo a vidieť možnosť ešte neuskutočnenú, možnosť, ktorá sa uskutočňuje.[223]

Vzťah pudovosti a lásky

Láska potrebuje pudovosť, lebo pudovosť je prostriedkom jej vyjadrenia. Ľudský pohlavný život je vtedy ľudským, keď je niečo viac ako iba pohlavným, keď obsahuje lásku. Ponímanie pohlavného života v manželstve iba ako prostriedku rozmnožovania znehodnocuje manželstvo. Pudovosť potrebuje lásku pre svoj správny vývoj. Láska je pre pudovosť podmienkou a predpokladom správnej orientácie. Schopnosť milovať dáva procesu pudového dozrievania smer a podriaďuje ho milovanej osobe. Dozrievanie pudového života spočíva v postupnom integrovaní pudovosti, v ktorom osoba postupne zjednocuje a začleňuje pudovosť. Ide o proces personifikácie. Dva momenty

[221] Porov. FRANKL *...trotzdem Ja zum Leben sagen,* s. 70-71 (čes. vyd.: s. 40-41).
[222] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 81-83 (čes. vyd.: s. 74-76).
[223] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 241-242.

môžu narušiť tento proces: strata odvahy a sklamanie. Stratiť odvahu znamená, že si človek nedokáže predstaviť budovanie šťastného milostného vzťahu a sklamanie znamená, že človek bol už raz odmietnutý a teraz jeho vývoj stagnuje. Takíto ľudia žijú potom z opojenia pudového zážitku, iba z pudového uspokojenia. Nepotláčajú sa pudy, ale láska. Dochádza k prekompenzovaniu a namiesto kvality nastupuje kvantita, namiesto vytúženého pocitu láskyplného šťastia musí postačiť iba pudové uspokojenie. Čím menej človek verí v to, že dosiahne naplnenie svojej túžby po láske, tým viac sa mu zdá, že je postavený pred nutnosť iba pudového uspokojenia.[224]

Kompenzácia absencie zmyslu sexom

Pudovosťou, sexuálnym omámením môže človek kompenzovať nielen sklamanie v láske, ale aj existenciálne sklamanie, stroskotanie ľudskej vôle ku zmyslu. Čím viac zostáva požiadavka zmyslu života nenaplnená, tým viac sa prostriedkom zážitku stáva pudové uspokojenie, dokonca sa stáva zážitkom samým, prostriedok sa mení na účel. Vôľa ku slasti sa dostáva k slovu až vtedy, keď človek cíti nedostatok v oblasti vôle ku zmyslu, keď sa človek stáva podriadený princípu slasti v psychoanalytickom zmysle.[225]

Jedinečnosť a výhradnosť v láske

V láske je človek výhradne a jedinečne nastavený na duchovnú osobu druhého. Ak človek navždy stratí druhého, ktorého miloval, nemožno ho nahradiť dvojníkom, iným, ktorý sa mu psychofyzicky podobá. Láska sa totiž nedá na neho preniesť, nemožná je dokonca ani takáto predstava. Milujúci svoju lásku nezakladá na vlastnostiach druhého, na jeho tej alebo onej zvláštnosti, ale na jedinečnosti bytia druhého, ktorá je nezastupiteľná. Zastupiteľnosť v láske je snáď ešte možná v zamilovanosti.[226]

Zhrnutie

Realizácia zážitkovej hodnoty je akýkoľvek skutočný ľudský zážitok, ktorý ho obohacuje, či povznáša: zážitok diela umelca, krásy prírody alebo ľudského výkonu. Ľudský skutok nadobúda svoju hodnotu v zameranosti na spo-

[224] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 83-85 (čes. vyd.: s. 76-77).
[225] Porov. *ibid,* s. 85-86 (s. 77-78).
[226] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 235.

ločenstvo. Nejde teda o akýkoľvek zážitok, ale o zážitok prosociálnej orientácie alebo lásky, ktorá je najhodnotnejším ľudským zážitkom a ktorá môže mať rôzne podoby: milenecká, priateľská, rodičovská alebo zduchovnená láska človeka, ktorý sa oddáva službe druhým. V láske je vnímaný milovaný človek ako bytosť, ktorá je neopakovateľná a jedinečná, nenahraditeľná a nezastupiteľná; vnímaná ako ty a je takáto prijímaná od iného ja. Láska je milosťou, je kúzlom, je obohacujúca, otvárajúca svet v jeho hodnotovej plnosti, je miestom, kde sa rodí nová jedinečná a neopakovateľná osoba.

3.1.22 Zmysel sa dá naplniť realizáciou postojovej hodnoty

Ľudskému životu možno dať zmysel nielen tvorbou, vyplývajúcou z pracovnej činnosti, a nielen prežívaním zážitkov, stretnutí a lásky. Zmysel sa dá naplniť realizáciou hodnoty postoja, čo je schopnosťou trpieť.[227]

Tvorbe patrí priorita, utrpeniu vyššia hodnota

Hodnota tvorby a prežívania spočíva v možnosti vziať správnym konaním osud do svojich rúk. Hodnota postoja spočíva v tom, že človek berie nevyhnutný osud na seba. Pri utrpení ide o možnosť uskutočniť tú najvyššiu hodnotu, o príležitosť naplniť ten najhlbší zmysel. Zmyslu, ktorý v sebe skrýva utrpenie, patrí v hodnotovom rebríčku vyššie miesto ako zmyslu tvorby. Zmyslu tvorby patrí priorita. Brať na seba utrpenie, ktoré nie je osudovo nevyhnutné a ktoré nie je potrebné, to nie je pravý čin, to je vyzývavosť.[228]

Ak má život zmysel, musí mať zmysel aj utrpenie

Zmysel nemá len život aktívny, ktorý umožňuje vytvárať hodnoty, tak isto ako nemá zmysel len život, ktorý dáva človeku príležitosť napĺňať sa zážitkami krásy, či už v umení, alebo v prírode. Svoj zmysel má aj život, ktorý neposkytuje šancu uskutočňovať hodnoty tvorivým alebo zážitkovým spôsobom, lebo *„ak má život vôbec nejaký zmysel, potom musí mať zmysel aj utrpenie.“*[229] Pretože utrpenie k životu patrí, núdza a smrť tvoria z ľudského života celok. Frankl hovorí, že ľudia v koncentračnom tábore rozmýšľali takto: *„Utrpenie, ktoré teraz prežívame, má zmysel, iba ak prežijeme tábor. Ak tábor neprežijeme, toto utrpenie nemá žiadny zmysel.“* Frankl naproti tomu hovorí, že život, ktorého zmysel stojí a padá na tom, či sa z tábora dostanem, alebo nie, teda život, ktorého zmysel závisí od takejto náhody, takýto život by vlastne nemalo cenu vôbec žiť.[230] Nejde o otázku zmyslu života, ktorý v sebe obsahuje iba uskutočnenie nejakého cieľa tým, že niečo vytvoríme, ale ide o otázku zmyslu života, ktorý v sebe skrýva aj zmysel utrpenia a smrti.[231]

Starnutie nie je hrozba

Nemožno vrátiť späť čas, ktorý uplynul. To, čo sa raz stalo, je už nedotknuteľné a nezraniteľné. Plynúci čas nie je iba lupičom, ale aj opatrovníkom toho, čo sa už stalo. Pominuteľnosť existencie nie je pre človeka dôvodom pesimizmu. Pesimista odtrhne každý deň nový list trhacieho kalendára a vidí, ako sa kalendár stále viac a viac stenčuje. Je možný aj iný pohľad. Človek môže vziať odtrhnutý list a starostlivo ho odložiť k tým, čo už odtrhol skôr, pričom si urobí na druhú stranu denníkovú poznámku a plný pýchy a radosti myslí na to, čo všetko je v poznámkach zachytené, čo všetko v živote prežil. To, že starne, mu neprekáža. Na možnosti a budúcnosť mladých sa nepozerá so závisťou, lebo jeho skutočnosť je v prežitej minulosti, skutoč-

[227] Frankl ostro kritizuje neochotu modernej spoločnosti vyrovnať sa s utrpením. (Porov. DRAPELA, V. J. *Přehled teorii osobnosti.* Přel. K. Balcar. 1. vyd. Praha: Portál, 1997, s. 151) Nouwen hovorí, že Frankl bol prvým v dejinách psychológie, ktorý ponúkol trpiacemu človeku oporný bod, ktorý mu sľubuje útechu a pomoc. (Porov. KOVÁČ, A. Viktor Emanuel Frankl – život a postoj k utrpeniu. *Duchovný pastier,* 1999, roč. 80, č. 6, s. 257-265 [257]). Lukasová hovorí, že utrpenie má dvojakú formu. Prvou je utrpenie, ktoré je zakusované od blížnych, ktorí človeka napadnú, pokoria, ponížia, vysmejú, odsúdia alebo odmietnu. Je to utrpenie neprijatej lásky, neláskavosti a nenávisti. Paralelou tohto utrpenia je utrpenie iného druhu. Toto utrpenie nevychádza od ľudí okolo, ale závisí od nemenovaného osudu. Ťažká strata prinesie človeku napríklad ujmu na zdraví, na sile, na istote, na príjme alebo na príslušníkoch rodiny. Je to utrpenie choroby, slabosti, bezmocnosti, osamelosti nešťastím postihnutej osoby. Hoci sú obe formy utrpenia rozličného pôvodu, nejakým spôsobom navzájom súvisia. Ak niekoho napríklad zasiahne ťažký úder osudu, rovesníci sa mu môžu vyhýbať. Choroba môže byť následkom poníženia, ale aj poníženie môže byť následkom choroby. (Porov. LUKAS *Sehnsucht nach Sinn,* s. 11-12).

[228] Porov. FRANKL, V. E. Vôľa k zmyslu. *Filozofia,* 1992, roč. 47, č. 11, s. 680-686 [683-684].

[229] *„...wenn Leben überhaupt einen Sinn hat, dann muß auch Leiden einen Sinn haben.“* FRANKL *...trotzdem Ja zum Leben sagen,* s. 110 (čes. vyd.: s. 65).

[230] Porov. *ibid,* s. 109-110 (s. 64-65).

[231] Porov. *ibid,* s. 126-127 (s. 75).

nosť vytvorených diel, skutočnosť milovanej lásky a skutočnosť pretrpených útrap.[232]

Pocit beznádejnosti z neistoty budúcnosti

Niektorí ľudia síce uznávajú jedinečný charakter života ako úlohy a sú odhodlaní k jej realizácii, ale považujú svoju situáciu za beznádejnú. Človek nemôže predvídať svoju budúcnosť, teda nikdy nevie, čo pred ním stojí, a jeho prežívanie beznádejnosti je mylné. Treba ale poznamenať, že poznanie budúcnosti by ovplyvnilo konanie človeka, konal by inak a predpoveď budúcnosti by už bola nesprávna.[233]

Nesprávny pocit bezcennosti

Niekto sa odvoláva na svoju vlastnú nedostatočnosť a považuje svoje vlastné vnútorné možnosti za nepatrné. Takýto človek ale postrehol najmenej jednu hodnotu, čím má účasť na svete hodnôt. V okamihu, keď je schopný priložiť meradlo ideálu na samého seba, vystupuje na duchovnú rovinu, a teda nemôže byť úplne bezcenný.[234]

Utrpenie vytvára plodné napätie

Utrpenie má ešte ďalší zmysel. Zmyslom a úlohou utrpenia je vysporiadanie sa s tým, čo je jedincovým údelom.[235] Ak niečím človek trpí, odvracia sa od toho, vytvára dištanc medzi svojou osobou a vecou, kvôli ktorej trpí. Vytvára sa napätie medzi tým, čo je, a tým, čo má byť, a tak utrpenie vytvára plodné „revolučné" napätie. Akou mierou sa človek identifikuje s tým, čo je dané, eliminuje dištanc, zmierňuje plodné napätie medzi tým, čo je, a tým, čo byť má.[236]

[232] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 243.
[233] Porov. *ibid,* s. 244-245.
[234] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 70 (čes. vyd.: s. 70).
[235] Rogers hovorí, že nielen znášanie údelu, ale aj rast a rozvoj je spojený so zápasom a bolesťou. (Porov. ROGERS, K. R. *Klientom centrovaná terapia. Jej súčasná prax, aplikácia a teória.* Prel. I. Valkovič. Bratislava: Persona 2000, s. 428).
[236] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 248. Lukasová hovorí, že utrpenie má dva možné pozitívne následky: utrpením vzbudená jasnozrivosť človeka a utrpením spôsobená priezračnosť sveta. V oboch prípadoch sa pohľad človeka rozšíri, obnoví, eventuálne koriguje, v každom prípade však zintenzívni. Trpiaci človek vidí viac. Nevidí to očami na tvári, ale očami svojho ducha. Duchovne viac prijíma. Napríklad, čo sa

Zmysel zármutku, ľútosti, núdze a utrpenia

Z utilitaristického hľadiska sa javia ľútosť a zármutok ako nezmyslené. Trúchliť nad niečím, čo je nenávratne stratené, a ľutovať niečo, čo je nenapraviteľne zavinené, sa javí v určitom slova zmysle neužitočným a absurdným. Ale vo vnútornej histórii človeka majú zármutok a ľútosť svoj zmysel. Zármutok nad človekom, ktorého sme milovali a stratili sme ho, mu dáva akýsi ďalší život, a ľútosť zbavuje vinníka viny a dáva mu možnosť akoby vstať z mŕtvych, lebo ľútosťou sa človek vnútorne odťahuje od činu a vykonaním vnútorného činu sa môže vonkajší anulovať.[237]

Zmysel núdze spočíva v memente. V biologickej rovine je bolesť zmysluplný strážca a „varovník". V duševno-duchovnej oblasti má analogickú funkciu. Utrpenie chráni jedinca pred apatiou a umŕtvujúcou duševnou strnulosťou. Dokiaľ trpí, zostáva duševne živý, v utrpení dozrieva, rastie, činí ho bohatším a mocnejším.[238] Ľútosť a zármutok korigujú minulosť. Človek, ktorý sa v nešťastí snaží rozptýliť alebo otupiť, neodstraňuje nešťastie, ale sa iba zbavuje následkov nešťastia, zbavuje sa nepríjemného pocitu. Pokúša sa utiecť pred skutočnosťou. Odstránením emócie sa ešte neodstraňuje predmet emócie, odstránením mimo vedomia sa neodstráni zo skutočnosti. Trúchliacemu pomôže viac preplakať noc ako brať tabletky na spanie. Smrť nebude anulovaná tým, že sa vytlačí mimo vedomia. Odlúčiť strasť a smrť, údel a utrpenie od života by znamenalo vziať životu jeho tvar a formu. Pod údermi kladiva osudu, v bielej žiare utrpenia nadobúda život formu a tvar.[239]

týka aspektu jasnozrivosti, možno povedať, že utrpenie, ktoré človek utŕži od iných, nás môže zraniť iba dovtedy, kým je v jeho duši tma. Akonáhle sa v nej rozjasní, keď do nej prenikne jasnozrivosť, človek spozná, ako veľmi sú sami zraniteľní tí, ktorí zraňujú. Týmto poznaním sa zmenia pocity ako hnev, zlosť alebo smútok, ktoré by človek mohol pociťovať, na pocity účasti a súcitu s týmito zranenými, ktorí stoja proti ako nepriatelia. Čo sa týka aspektu priezračnosti, možno uviesť príklad, keď je človek jeden deň plný plánov a druhý deň prichádza nešťastie, zrútenie a zrazu sú včerajšie plány zrútené. To, čo bolo dôležité, zrazu sa stalo nedôležitým, to, čo sa včera zdalo hodné rozčúlenia, dnes je nezaujímavé. Človek vidí, že životné hodnoty musí nanovo usporiadať a nanovo definovať, lebo údel učí premýšľať. (Porov. LUKAS *Sehnsucht nach Sinn,* s. 11-18).
[237] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 115-116 (čes. vyd.: s. 108-109).
[238] Landberg hovorí, že utrpenie je pôrodnou bolesťou skutočnej osoby a že len človek je v tomto zmysle tvoriaca a trpiaca bytosť. V tom je jeho kliatba a jeho dôstojnosť, ako sa jasne ukazuje na veľkých vzoroch ľudstva. (Porov. LANDSBERG, P. L. *Zkušenost smrti.* Přel. L. Hejdánek – J. Sokol. 1. vyd. Praha: Vyšehrad, 1990, s. 45).
[239] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 248-249.

Znášanie nezmeniteľného je výkon

Osud človeka má zmysel v tom, že je, ak je to možné, utváraný. Ak to ale nie je možné, má byť údel nesený. Človek musí dávať pozor, aby sa nevzdal priskoro, aby neuznal stav veci ako osudový. Až vtedy, keď je človek neschopný svoj osud utvárať, môže realizovať postojové hodnoty. Každú situáciu človek môže zušľachtiť, či už tým, ako ju vytvára, alebo tým, ako ju znáša.[240] Znášanie toho, čomu sa nedá vyhnúť a čo sa nedá zmeniť, je výkon.[241]

Niekedy až choroba alebo blízkosť smrti dokáže dostať z človeka to posledné – z človeka, ktorý doteraz možno premárnil svoje najvlastnejšie možnosti. Chorý je v utrpení lekárovi v určitom slova zmysle nadriadený – lekár stojí bezradný nad lôžkom nevyliečiteľne chorého, no pacient je tu ako ten, ktorý berie utrpenie, vzdoruje osudu, znáša, podáva metafyzický výkon.[242]

Utrpenie je príležitosťou na naplnenie

Choroba dáva človeku príležitosť na utrpenie. Treba pritom rozlišovať, že je rozdiel medzi chorobou a utrpením. Jedinec môže byť chorý, a pritom nemusí trpieť, na druhej strane môže trpieť, a môže byť mimo všetkých chorôb. Existenciálna analýza[243] robí človeka schopným znášať utrpenie. Existujú situácie, v ktorých sa človek môže naplniť iba v utrpení. V tomto zmysle možno rozumieť Dostojevskému, ktorý napísal, že sa bojí, že nebude hodný svojho trápenia.[244]

Zvládanie utrpenia

Ak človek pozná zmysel utrpenia, prestane ho vytesňovať alebo sa cez neho lacným kŕčovitým optimizmom prenášať.[245] Utrpenie sa stáva úlohou, ktorej zmyslu sa človek neuzatvára. Ak je odhalený výkonnostný charakter utrpenia, je na mieste otázka, ktorú položil Rilke: „ Koľko je toho ešte nutné odtrpieť?“ podobne ako sa hovorí: „Koľko je toho ešte nutné odpracovať?“ Človek musí mať odvahu trpieť práve takto.[246]

Postoj lekára k utrpeniu

Sú dva druhy bolesti: nutná a zbytočná. Zbytočná bolesť sa dá odstrániť odstránením príčiny. Nutnú bolesť sa snaží lekár aspoň zmierniť. Ak je lekár konfrontovaný s bolesťou, ktorú nevie odstrániť, prichádza k pacientovi s ponukou pokorného prijatia neodstrániteľného utrpenia.[247] Kde človek nezmôže konaním nič, má mu čeliť správnym postojom, ku ktorému sa lekár pacienta pokúša priviesť.[248] Toto utrpenie možno nazvať nevyhnutné, lebo sa

[240] Kübler-Ross hovorí, že k chorobe sa dá postaviť rôzne: človek môže strčiť hlavu do piesku, môže prepadnúť sebaľútosti, zlosti a horkosti až po okamih, keď už je neskoro. Alebo môže vrhnúť všetky svoje sily na svoju liečbu, alebo môže celú vec držať v tajnosti. Môže sa tiež postaviť do boja, napríklad s pomocou iných ľudí. A tak nie iba on sám môže vďaka tomuto boju rásť a dozrievať, ale sprostredkuje túto šancu ľuďom, ktorí s ním bojujú a trpia. Láska je obeta a všetky obety majú zmysel a hodnotu iba vtedy, ak sú prospešné pre obe strany – pre dávajúcu i pre obdarovanú. Ak je človek v utrpení statočný a druhým sprostredkuje pocit, že v našom bytí ešte nachádza zmysel, potom jeho život neostane bez vplyvu na iných. (Porov. KÜBLER-ROSS, E. *Leben bis wir Abschied nehmen. Mit 80 Fotos von Mal Warshaw.* 4. Aufl. Übers. Ch. Reich. Gütersloh: Gütersloher Verl.-Haus, 1998. Bd. 955, s. 14).

[241] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 249.

[242] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 120-121 (čes. vyd.: s. 112-113).

[243] Pojmom existenciálna analýza sa vo filozofii chápe taký prístup k predmetu skúmania, ktorý si nevšíma v prvom rade isté charakteristické vlastnosti nejakého súcna – jeho bytnosť, podstatu – ale stredobodom záujmu činí samotný existenciálny spôsob bytia súcna ako takého. (Porov. DÉMUTH, A. *Existenciálne rozpoloženia a ich úloha pri poznaní a sebapoznávaní človeka. Náčrt fenomenologicko-existenciálnej analýzy rozpoložení.* Projekt dizertačnej práce. Trnava: Katedra filozofie Trnavskej univerzity, 1999, s. 7-8).

[244] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 119-120 (čes. vyd.: s. 111-112).

[245] Křivohlavý hovorí aj o ďalších falošných prístupoch k utrpeniu: 1. hyperreflexia, keď sa človek nadmerne trápi svojím trápením, 2. sebaľutovanie, keď človek narieka nad vlastným osudom, 3. masochizmus, keď si utrpenie navodzuje človek sám, 4. prehlušovanie utrpenia, keď chce človek utiecť skutočnosti, 5. prepadnutie panike, keď sa človek dostáva napríklad do zúfalej situácie. (Porov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Mít pro co žít.* 1. vyd. Praha: Návrat domů, 1994, s. 81-82).

[246] Porov. FRANKL *...trotzdem Ja zum Leben sagen,* s. 127 (čes. vyd.: s. 75-76).

[247] Tournier hovorí, že lekár má dve úlohy. Prvou je neodkladná, priama vedecká, technická a medicínska pomoc. Druhou je snaha pomôcť využiť chorobu pre svoj osobný rozvoj a dozrievanie. Druhá úloha je zdĺhavá, lebo na dozrievanie je potrebný čas. (Porov. TOURNIER, P. *Im Angesicht des Leidens.* Freiburg im Breisgau: Herder, 1983. Herderbücherei. Bd. 1003, s. 50).

[248] Priviesť k správnemu postoju neznamená vnucovať niečo pacientovi. Kübler-Rossová hovorí, že bez problémov rozpráva so svojimi pacientmi o svoje viere v Boha a o zmysle utrpenia bez toho, aby sa im snažila svoju vlastnú filozofiu, svoje hodnotové meradlá a náboženské predstavy vnútiť. (Porov. KÜBLER-ROSSOVÁ, E. *Odpovědi na otázky o smrti a umírání. Etický manuál pro mediky, lékaře a sestry.* Přel. T. Drábek, J. Tolár, J. Drábková. Praha: Tvorba s.r.o., 1995, s. 135).

nedá ani odstrániť a ani sa mu nedá vyhnúť. Lekár privádza pacienta k zmyslu, ktorý spočíva v prijatí a znášaní utrpenia.[249]

Zhrnutie

Ľudskému životu možno dať zmysel nielen tvorbou a prežívaním, ale aj realizáciou hodnoty postoja, čo je schopnosťou trpieť. Nie akéhokoľvek postoja, ale postoja trpezlivej dôstojnosti v podmienkach bolesti a utrpenia. Pominuteľnosť existencie nie je dôvodom pesimizmu, lebo v prežitej minulosti je bezpečne uložená skutočnosť vytvorených diel, skutočnosť milovanej lásky a skutočnosť pretrpených útrap. Človek sa niekedy v tejto súvislosti odvoláva na pocit neistoty z budúcnosti alebo na pocit bezcennosti, čo ale nie je na mieste. Utrpenie vytvára, okrem iného, tiež plodné napätie medzi tým, čo je, a tým, čo má byť. Zármutok a ľútosť majú pre človeka svoj zmysel, lebo zármutkom sa akoby predlžuje život človeka, za ktorým sa smúti a ľútosťou sa človek vnútorne odťahuje od činu, ktorý ľutuje. Núdza a utrpenie majú zmysel, lebo dokiaľ človek trpí, zostáva duševne živý, v utrpení dozrieva, rastie, činí ho bohatším a mocnejším. Znášanie toho, čomu sa nedá vyhnúť a čo sa nedá zmeniť, je výkon. Ak je odhalený výkonnostný charakter utrpenia, človek má odvahu položiť otázku: „ Koľko je toho ešte nutné odtrpieť?“ Lekárska pomoc je aj v tom, že, ak sa inak nedá, privádza pacienta k zmyslu, ktorý spočíva v prijatí a znášaní utrpenia.

3.2 Lukasovej chápanie Frankla

Lukasová rozvíja logoterapiu Frankla v jeho intenciách a zároveň ju rozvíja (napríklad v problematike biblioterapie). Smékal ju považuje za prvú dámu európskej logoterapie.[250] Sám Frankl považuje Lukasovú za svoju najlepšiu žiačku.[251] V ďalšom je uvedené Lukasovej chápanie Frankla.

[249] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 151-157 (čes. vyd.: s. 131-135). Petríková vo svojom výskume zistila, že akceptácia choroby sa spája s prežívaním vysokej zmysluplnosti života. (Porov. PETRÍKOVÁ, F. Prežívanie zmyslu života u ľudí s nevyliečiteľnou chorobou. Diplomová práca pod vedením E. Klčovanskej. Trnava: FH TU, 2001/2002. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003, s. 7).

[250] Porov. SMÉKAL Předmluva. In LUKASOVÁ, E. *Logoterapie ve výchově*. Přel. K. Balcar. 1. vyd. Praha: Portál 1997, s. 7.

[251] Porov. KŘIVOHLAVÝ Logoterapeutické dny v Brně. *Československá psychologie,* s. 85.

3.2.1 Ústredná výpoveď Franklovej logoterapie

Sebatranscendencia človeka

Frankl vychádza zo sebatranscendencie človeka. Mieni tým skutočnosť, že človek nie je iba do seba uzatvoreným telesno-duševným zariadením, ktoré je naprogramované tak, aby udržiavalo svoje telesné a duševné funkcie v rovnováhe a keď sa potom tieto funkcie vychýlia, nastane porucha. Naopak, človek je bytosťou smerujúcou stále k tomu, aby dávala svoje telesné a duševné funkcie do služby určitej úlohe, ktorá potom jeho život a počínanie robí zmysluplnými. Inak vyjadrené: človek je otvorený. Otvorený voči svetu, otvorený voči tomu, čo v tomto svete chce vybudovať alebo zmeniť, otvorený voči niečomu, čo je mimo neho samého a čomu sa celou svojou silou oddáva, čomu sa v láske celý oddáva. Človek potrebuje zmysel, kvôli ktorému sám seba prekračuje.[252]

Bez sebatranscendencie prichádza napätie

Sebatranscendencia prináša duševnú stabilitu. Keby človek stále pozeral iba na seba a na vlastné blaho, musel by žiť v trvalom napätí. Neustále by musel mať strach o seba. To preto, lebo jeho ja je stále ohrozené. Ak by šlo iba o uchovanie vnútornej rovnováhy a vlastného blahobytu, boli by stále pred očami otázky: „Budem mať úspech?“, „Budem šťastný?“, „Sú so mnou spokojní?“, „Dočkám sa vďačnosti?“ a podobne. Sú to otázky, ktoré vyvolávajú trvalé napätie, lebo na ne neexistuje úplne uspokojujúca odpoveď.[253]

Sebatranscendencia prináša pokoj

Vďaka schopnosti sebatranscendencie, vďaka schopnosti pozerať sa za hranice svojho ja, vďaka tomu, že sa človek venuje realizácii zmysluplného zámeru alebo sa orientuje na iných ľudí, získava pokoj a napätie sa vytráca. Čo na tom, že nebude mať úspech, ak nebude stále šťastný alebo sa mu nedostane stále vďačnosti? On slúži úlohe, ktorú si sám zvolil. On je tu, kde ho druhý potrebuje. A tak to má byť. Žije zmysluplným životom. Čo sa mu potom môže stať? Kto vykonal svoje dielo, tomu už nikto a nič nemôže ublížiť.

[252] Porov. LUKASOVÁ *Logoterapie ve výchově,* s. 9-10.

[253] Porov. *ibid,* s. 10.

[254] Porov. *ibid,* s. 10.

Kto svoje ja nezištne „stráca svetu“, pre toho svet stráca svoje hrôzy.[254] Ak chce človek zostať duševne zdravým, musí sám seba transcendovať a smerovať k naplneniu zmyslu.[255]

Zmysel prítomného okamihu

Napĺňať *„zmysel prítomného okamihu“*[256] znamená, že človek má vyššie ciele a hodnoty prinášať do súzvuku s konkrétnymi danosťami, v ktorých je postavený. To znamená, že má nasledovať svoje svedomie, ktoré je schopnosťou človeka vycítiť jedinečný a neopakovateľný zmysel ukrytý v každej situácii.[257]

Logoterapeutický prístup

Logoterapeutický prístup sa usiluje o znovuobjavenie transcendencie existencie pomocou cieleného posilňovania vôle ku zmyslu. K tomu je potrebné snažiť sa, spolu s chorým, o dve veci. Najprv je potrebné vychádzať z jeho telesných a duševných talentov a darov, z jeho možnosti realizácie. Potom ide o úlohy, ktoré sú hodné realizácie v tých podmienkach, v ktorých jedinec žije a ktoré jeho talenty a dary vyžadujú. Možno hovoriť o volaní situácie po zmysle, ktoré treba nasledovať.[258]

Orientačný bod života

V zmysluplnom živote človeku nemá chýbať orientačný bod, ktorý má spĺňať tri kritériá:[259] má sa týkať budúcnosti, má byť od človeka odlišný a má byť nedosiahnuteľný.

Upriamenie na budúcnosť dáva pohľad dopredu s vedomím, že stále je niečo, čo je pred nami. Iba ak človek pozerá do budúcnosti s nádejou, vyrovná a uspokojí sa s minulosťou a dokáže robiť konštruktívne zmeny. Výskumy ukazujú, že duševne zdraví ľudia pozerajú prevažne na prítomnosť a budúcnosť a duševne narušení pozerajú buď na minulosť, alebo ďaleko do budúcnosti.

Upriamenie na niečo, čo je odlišné, znamená, že človek má vo svojom živote niečo, čo je odlišné, vyššie ako človek sám. Má byť upriamený na bytie, ktoré je na vyššej úrovni, ktoré je bezpodmienečne dobré a zmysluplné.

Upriamenie sa na nedosiahnuteľné znamená, že človek má byť upriamený na niečo, čo je pre neho nedosiahnuteľné a čo mu stále dáva motiváciu a ideál.

Postavenie logoterapie medzi psychoterapiami

Zo psychoterapie sa v dnešnej dobe stala psychoterapia bez duše. To, čo sa jej podarilo získať na vedeckosti, stratila na ľudskosti. Vzhľadom na veľké množstvo metód a spôsobov, ktoré sú z jednej strany vychvaľované a z druhej strany pranierované, je nutné pohybovať sa po nebezpečnej ceste, ktorá vedie medzi starými názormi a novými perspektívami, medzi náznakmi a pravdou, medzi špekuláciami a programovaním. Ktorej ceste veriť? Logoterapia je terapia, ktorá má dušu, ktorá spája vedeckosť a ľudskosť, ktorá ospravedlňuje dôveru v seba a ktorá v utrpení dáva aspoň útechu.[260]

3.2.2 Sloboda

Sloboda k niečomu

Sloboda nie je voľnosť od niečoho. Človek prirodzene nie je slobodný od svojich telesných a psychických podmienenostií. Sloboda je sloboda k niečomu. Ide o slobodný postoj k podmienkam a podmienenostiam, v ktorých sa človek nachádza. Ide o možnosť človeka slobodne voliť odpoveď na svoj osud. Prvýkrát v dejinách psychológie narážame na oporný bod, ktorý trpiacemu človeku sľubuje útechu a pomoc, nech už je jeho osud akokoľvek nezmieriteľný. Základným charakteristickým prvkom logoterapie je jasné oddelenie osudových faktorov od slobodného postoja a konania. Logoterapia sa stavia proti determinizmu, ktorý hovorí o nadobudnutí rovnováhy

[255] Porov. LUKAS, E. *Psychologische Seelsorge. Logotherapie – die Wende zu einer menschenwürdigen Psychologie.* Freiburg im Breisgau: Herder, 1985. Herderbücherei. Bd. 1180, s. 31.
[256] *„...Sinn des Augenblicks...“ Ibid,* s. 29.
[257] Porov. *ibid,* s. 29-30.
[258] Porov. LUKAS, E. *Vom Sinn des Augenblicks. Facetten erfüllten Lebens.* 1. Aufl. München, Kösel-Verlag GmbH & Co., 2002, s. 11-12.
[259] Porov. LUKAS, E. *Psychoterapie in Würde. Sinnorientierte Lebenshilfe nach Viktor E. Frankl.* Berlin – München: Quintessenz Verlags-GmbH, 1994, s. 12-29.
[260] Porov. LUKASOVÁ, E. *I tvoje utrpení má smysl. Logoterpeutická útěcha v krizi.* Přel. J. Vašíčková. Brno: Cesta 1986*,* s. 9-10.

človeka pri uspokojení jeho potrieb. Ľudská motivácia musí byť podrobená inému, ďaleko cennejšiemu, vyššiemu kritériu duchovnej slobody, ktoré sa nazýva vôľa ku zmyslu.[261]

Sloboda a dnešná psychológia

V dnešnej psychologickej vede a odbornej literatúre sú dva typy výrokov o človeku. Prvý výrok je: „Si horší, ako si myslíš." Tento prístup sa dedukuje zo snov a zo spomienok na detstvo, čo je pochybné. Druhý výrok je: „Si stále taký, aký si."[262] Tým sa popiera vnútorná zmena, duchovné dozrievanie a rast, spochybňuje sa hľadanie východiska v slabosti, v chorobe, v núdzi a v utrpení. Logoterapia protirečí týmto výpovediam a hovorí: „Môžeš sa zmeniť, keď chceš." Týmto žiari sloboda, ktorá je daná iba človeku. Je to sloboda zaujať postoj k sebe, k svetu a k všetkému, čo ľudský duch poznáva.[263]

Telo ako nástroj ducha

História ľudstva nezačína v deň, keď boli zvieratá schopné používať predmety ako nástroje, ale v deň, keď bol duch schopný použiť dobre vyvinuté telo ako nástroj.[264]

3.2.3 Optimizmus

Pesimizmus

Čo je pesimizmus v telesnej či duševnej chorobe? Pesimizmus je strach a negatívne očakávanie budúcnosti, je podlomená odvaha, je vyžarovanie deprimácie, je rozumenie seba i sveta, ktoré je bez fantázie, je pocit stratenosti v živote. Pesimisti trpia viac, žijú horšie, nie sú obľúbení, dramatizujú

[261] Porov. *ibid,* s. 11-14.
[262] Tento výrok je z Goetheho diela *Faust*. Mephistopheles to hovorí Faustovi.
[263] Porov. LUKAS, E. *Von der Tiefen- zur Höhenpsychologie. Logotherapie in der Beratungspraxis.* Freiburg im Breisgau: Herder, 1983. Herderbücherei. Bd. 1020, s. 20-31.
[264] Porov. LUKAS, E. *Spannendes Leben. In der Spannung zwischen Sein und Sollen. Ein Logotherapiebuch.* München: Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KG, 1996. Dialog und Praxis. Bd. 35112, s. 25.

aj nemožné, neriešia problémy a nemajú žiadnych priateľov. Pesimisti sú častejšie, intenzívnejšie a dlhodobejšie chorí ako iní ľudia.[265]

Optimizmus

Optimisti veria v zajtrajšok, vo svoje úlohy, v to, že je nádej. Veria, že rany sa uzdravia a že chyby budú napravené. Veria v dobro ostatných a v to, že sklamania sú iba výnimkami. Optimisti veria v „podivuhodné bezpečie", ktoré ich nikdy nesklame, nech príde čokoľvek. Sú to ľudia, ktorí každý deň prežívajú ako dobrodružstvo, ktorí s druhými vychádzajú veľkodušne dobrotivo a primerane kriticky, ktorí sa v ťažkom čase nepoddávajú, ale naopak, v ich živote kalí a dozrieva „tragický optimizmus". Títo ľudia sú obľúbení, lebo aj oni milujú. Sú len občas chorí a keď ochorejú, sú, ak je vyliečenie možné, rýchlo vyliečení. Sú obhajcami optimizmu, ale neznamená to, že majú ružové okuliare alebo že nechcú pravdivo vidieť nepríjemné alebo bolestivé veci. Nejde o šablónu na pozitívne myslenie. Nemôžeme pozitívne myslieť, keď sú okolo negatívne veci. Ide, ako aj logoterapia hovorí, o základnú vieru, ktorá je v čistej forme vierou v zmysel. Viera v to, že život má zmysel. A že tento zmysel je bezpodmienečný a nestráca sa ani vtedy, keď sa život stáva nepríjemným a bolestivým.[266]

3.2.4 Biblioterapia

Biblioterapia je prvotriedny prostriedok na liečbu ducha. Existuje päť faktorov, ktoré určujú, či je literatúra liečivá.[267]

Prvým faktorom je ticho a vedomie, že vstupujem do seba. Ticho je podmienkou života. Bez ticha sa nedá čítať kniha. Maximálne sa dajú listovať noviny. Ide o roztopenie ľadového panciera okolo duše.

Druhým je opätovné uchopenie vnútorných hodnôt. Hodnoty sú podporným elementom v rozorvanom živote, sú oporou v besniacom chaose. Neprichádzajú ale do srdca skôr, kým sa nezmeníme. Aby hodnoty mohli byť uchopené, musí byť vybudovaný základ.

Tretím je príklad iných ľudí. Človek nie je sám, ani v nešťastí.

[265] Porov. *ibid,* s. 34.
[266] Porov. *ibid,* s. 34-35.
[267] Porov. LUKAS, E. *Auf den Stufen des Lebens. Meine bewegendsten Fallbeispiele aus der Seelenheilkunde nach Viktor E. Frankl.* Origalausg. Gütersloh: Quell/Gütersloher Verlaghaus, 2001, s. 103-108.

Tisíce ľudí išli ťažkou pozemskou púťou pred nami a tisíce pôjdu po nás. Tí, čo nás predišli, nám mnoho ukazujú, sú priekopníkmi. Sú to obdivuhodní jedinci, ktorých ľudský duch sa nezohol a nerezignovali a nestali sa otrokmi.

Štvrtým je vedomý myšlienkový dištanc od problému. Nie vždy je intenzívne zaoberanie sa s problémom uzdravujúce. Myšlienková fixácia na záťaž zväčšuje ťažkosti. Je dobre zachovať si dištanc od problému a koncentrovať sa na iné veci života.

Piatym je spolupreživanie nevyjadriteľného. Hraničné situácie lámu hraničné otázky. Prečo utrpenie? Prečo teraz? Prečo práve ja? Spočíva v tom zmysel, vyšší zmysel, ktorému nerozumiem? Keď niekto nájde svoju verziu odpovedí na „posledné otázky", môže tým uspokojiť svoju potrebu.

3.3 Štyri komponenty pociťovania zmyslu u Popielskeho [268]

K. Popielski uvádza štyri komponenty, ktoré sú obsiahnuté v pociťovaní zmyslu života.

Prvým je intelektuálny komponent. Vzťahuje sa na poznanie prirodzenosti ľudského života, prostredia aj osobných cieľov. Týka sa zároveň aj schopnosti jednotlivca poznávať svoju vlastnú prirodzenosť, históriu svojho života a spoločensko-kultúrnych systémov či okolia. Akýkoľvek nedostatok v tomto ohľade znižuje intenzitu poznania seba a vnímania zmyslu.

Druhým je emocionálno-citový komponent. Týka sa schopnosti človeka zakúšať samého seba, reagovať na hodnoty a v rámci nich na vlastné prehry či úspechy, úsilia a podobne.

Tretím je vôľovo-snahový komponent. Viaže sa na schopnosť človeka vyberať si ciele a zaujímať postoje. Ide o osobný stav jednotlivca usilujúceho sa o dosiahnutie a naplnenie hodnôt.

Štvrtým je existenciálno-činnostný komponent. Má dva aspekty. Prvým aspektom je príčina pociťovania zmyslu života. Druhým aspektom je efekt jeho existencie. Je výrazom osobného „áno" povedaného konkrétnemu životu, ako aj angažovanie sa v aktivite na jeho rozvíjanie.

[268] POPIELSKI, K. „Sens" i „wartość" życia jako kategorie antropologiczno-psychologiczne. In POPIELSKI *Człowiek – pytanie otwarte,* s. 107-179. Halama uvádza štyri komponety Popielskeho (Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 224.

3.4 Längleho závery o zmysle života

Längle[269] vo svojej knihe *„Zmysluplne žiť"*[270] odpovedá na otázku, čo znamená zmysluplne žiť, pričom čerpá aj z Frankla. Jeho závery sú uvedené v nasledujúcich bodoch.

1. Zmysluplne žiť znamená plniť tú úlohu, ktorá pred nami práve stojí. Zmysluplne žiť znamená rozpoznať najvyššiu hodnotu danej situácie a uskutočniť ju. Nie akúkoľvek hodnotu, ale takú, ktorú v tejto situácii pokladáme za najlepšiu. Zmysel je len to, čo práve teraz máme vykonať. Je to niečo, čo sa práve teraz skrze mňa má uskutočniť. Možnosť zmyslu je výzvou danej chvíle.
2. Zmysel nie je možné dať ani nariadiť, ale musí byť rozpoznaný a nájdený. Zmysel musí vycítiť a uchopiť človek sám. Zmysel však nikdy nenúti. Keď spoznám zmysel, už ho nemôžem nikdy zrušiť, ani keď sa proti nemu vzopriem a neuskutočním ho.
3. Čo človek môže rozpoznať a nájsť, musí tu byť už vopred. Ponuky zmyslu sú vo svete, ktorý mi „nahráva" možnosti na spracovanie. Čo vnímame vo svete ako zmysel, je *„možnosťou medzi riadkami skutočnosti."* Svojím konaním môžem spôsobiť, že hodnotová možnosť, ktorá drieme v danej situácii, sa stane skutočnosťou. V utrpení ide o „prečo", ktoré musíme skrze svoje utrpenie vypátrať. Čím ťaživejšie sú životné situácie, tým hlbšie sa ukrýva zmysel. Zmysel je nárok v dvojakom slova zmysle: oslovujúci a vyžadujúci. Patričnou odpoveďou na tento nárok pojmeme ďalší kus života do svojej osobnosti.
4. Vidieť zmysel znamená uchopiť celok. Znamená to dať tomu, čo sa javí ako navzájom nesúvisiace, súvislosť, ktorá nás pozýva, aby sme sa do nej zapojili. Z nezáväznosti sa stáva vzťah – vzťah k situácii, k veci, k človeku. Zmysel je v konečnom dôsledku zakotvenie nášho bytia. Zmysel stále poukazuje za stav veci, poukazuje na jeho ďalšie súvislosti. Nie je dôležité, či človek vidí vierou to posledné, najobsažnejšiu súvislosť svojho života v Bohu alebo v niečom inom (v spoločenstve, v idei). Pre nachádzanie

[269] Alfried Längle (1951-), lekár a psychológ, predseda viedenskej Spoločnosti pre logoterapiu a existenciálnu analýzu, patrí, na rozdiel od Lukasovej a Popielskeho, k tým Franklovým žiakom, voči ktorému Frankl mal výhrady. (Prameňom sú rozhovory s Popielskim a Smékalom).

[270] LÄNGLE, A. *Smysluplně žít. (Aplikovaná existenciální analýza.)* Přel. K. Balcar. Brno: Cesta, 2002, s. 41-52.

zmyslu je dôležité len vedomie, že si môžeme porozumieť iba v súvislostiach.

5. Zmysluplný život spočíva v inej rovine ako pohodlie, kariéra a blahobyt. Zmysel prekračuje rovinu, ktorá sama osebe nie je konečným cieľom. Napríklad pri blahobyte sa pýtame: „Na čo?“ Zmysel nie je pohodlným životným poistením, ale výzva spojená s rizikom, ktoré musíme pri prijatí prítomného poradia hodnôt prijať. Zmysel je životný smer pre určité časové obdobie. Na ceste za ním človeka čakajú prekvapenia a možno aj utrpenie.
6. Nedokážeme uchopiť zmysel všetkého, zmysel svojho života nedokážeme vlastniť. Zmyslom je tu vždy konkrétne uchopiteľná a uskutočniteľná možnosť. Zmysel sa tak mení zároveň s každou zmenenou situáciou. Zmysluplný život vyžaduje pružnosť vo vnímaní hodnôt. Tak, ako je každá situácia niečím jediná, je aj osoba niečím jedinečná, a preto sa zmysel tiež mení od osoby k osobe. Zo zamerania na to, čo je v danej situácii práve to správne, vyplýva zmysluplnosť nášho života. Toto osobné „vycítenie“ otvára cestu k doposiaľ neodkrytej plnosti života. Zmysel je niečo, o čo nám ide každý deň, aj keď o tom nehovoríme alebo o tom vedome neuvažujeme. Uvažujeme o ňom skôr vo výnimočných životných situáciách.
7. Hoci rozpoznanie toho, čo je v danej situácii správne vykonať, môže byť ťažké, len veľmi málo to závisí od inteligenčného kvocientu. Zmysel sa nevymýšľa. Premýšľanie sa dokonca môže stať prekážkou na ceste ku zmyslu, keď rozmýšľanie použijeme ako obranný mechanizmus a keď si „odracionalizujeme“ to, čo vnútorne cítime. Čo je zmyslom, to ma úplne uchopí, to vycítim skôr, ako si to pomaly uvedomím. Zmysel životnej situácie nebýva príliš často rozpoznaný pomocou vedomého rozvažovania a premýšľania. Častejšie býva intuitívne a „spontánne“ vycítený. „Antény“ človeka majú svoj dosah ďaleko za hranice vymeraného kusa územia, ktoré si privlastnil svojím intelektom.
8. Zmysel môže nájsť každý človek, keď je schopný robiť rozhodnutia. *„Orgán zmyslu“* je vnútorný cit pre to, čo je správne a nazývame to *„svedomím“*. Schopnosť nachádzať zmysel patrí k jadru každého človeka. Vek, skúsenosť, výchova, kultúrne pozadie, úroveň vzdelania, povaha, náboženská príslušnosť alebo inteligencia patria len k skladbe podmienok, v ktorých rámci sa potom otvára sloboda a zodpovednosť voči nachádzaniu zmyslu v podobe možnosti, ktorá je práve tejto osobe v tejto situácii primeraná.

9. Každý zmysluplný život spočíva v postoji, ktorý je otvorený otázkam. Byť znamená byť spytovaný. Žiť znamená odpovedať na otázky prítomnej chvíle. Je to život sám, ktorý kladie otázky. Človek je tým, koho sa život pýta a kto musí odpovedať – zodpovedá sa mu. Odpovede môžu byť len konkrétne, na konkrétne *„otázky života“*. Človek na ne odpovedá samou svojou existenciou. Kľúč ku zmyslu je otvorenosť človeka, spočíva v jeho postoji k životu. Narodili sme sa do sveta, ktorý nie je zdravý, ale ponuky zmyslu mu ani na okamih nechýbajú. Vyhýbať sa im by znamenalo odvrátiť sa od sveta, z ktorého pochádzame. V takom prípade by však nebol podvedený len svet, ale aj my sami. Pripravili by sme sa o rozvíjanie svojej existencie. Svoju existenciu napĺňame tým, že sa zameriavame na práve prítomný zmysel a že sa mu otvárame.

3.5 Iné názory a výskumy ukazujúce na vôľu ku zmyslu

Eckartsberg z Duquesne Univerzity, orientovaný empiricky, hovorí, že vôľa ku zmyslu môže byť považovaná za význačnú motivačnú hodnotu a že sa ľudia usilujú o naplnenie zmyslu a o dosiahnutie zmysluplného života. Maslow hovorí, že vôľa ku zmyslu je prapôvodné úsilie a základný záujem človeka. Biológ z edimburghskej univerzity C. H. Waddington hovorí, že snaha o zmysel je podstatný aspekt ľudskej prirodzenosti. S. Kratochvíl a I. Plaňava hovoria, že vôľa ku zmyslu je skutočná špecifická potreba neredukovaná na iné potreby a je vo väčšej alebo menšej miere vlastná všetkým ľudským bytostiam. Poukazujú na vzťah medzi frustráciou tejto potreby a prípadmi neurózy (alebo prípadmi samovražedných pokusov). V podobnom duchu hovorí E. Lukasová, ktorá skúmala 1340 pokusných osôb. Sociológovia z Univerzity Johna Hopkinsa v USA uskutočnili na 7948 študentoch štatistický výskum, v rámci ktorého zistili, že najmenej 78% z nich považuje za najdôležitejšie nájsť vo svojom živote cieľ a zmysel a 67% bolo pri svojej voľbe povolania vedené prianím, aby boli užitoční pre iných, pre spoločnosť, zatiaľ čo menej ako 16% videlo cieľ svojho snaženia v zarábaní čo najväčšieho množstva peňazí. Crumbaugh vyvinul test pre meranie výraznosti vôle ku zmyslu a poukázal, že vôľa ku zmyslu je spoľahlivé meradlo psychickej normality. E. Lukasová, naopak, vidí vo frustrácii vôle ku zmyslu znak psychickej abnormality. Existenciálna frustrácia je podľa nej spojená s agresivitou, regresiou, tendenciou k úchylkám a s únikovou reakciou. Annemarie von

Rorstmayerová zistila v 90% prípadoch ťažkého alkoholizmu pocit hlbokej bezzmyselnosti.[271]

Kratochvíl uvádza, že klinické štúdie prinášali dôkazy o význame potreby zmyslu a o negatívnych dôsledkoch jej frustrácie, ktorá môže viesť k neurotizácii a k suicidálnym tendenciám. Kazuistické doklady a skúsenosti so psychoterapiou v tomto smere boli získané aj v bývalom Československu. Kratochvíl sa neskôr zameral na prístup, ktorý by umožnil kvantifikáciu zistení o existenciálnej frustrácii a jej vzťahu k iným faktorom. Dufková a Kratochvíl previedli PIL test u 75 študentov filozofickej fakulty v Brne, 62 žien a 13 mužov vo veku 20 rokov. Výsledky porovnali so skupinou amerických študentov, ktorú skúmal Crumbaugh a Maholick. Ukázalo sa, že brnianska skupina má potrebu zmyslu uspokojenú menej ako analogická americká skupina. Ďalšie výskumy boli zamerané na odhalenie možnej súvislosti a vzťahu medzi existenciálnou frustráciou a neuroticizmom k životnej spokojnosti. Na meranie neuroticizmu boli použité Eysenkov dotazník MMQ a Knoblochov dotazník N5, na meranie životnej spokojnosti bol použitý dotazník ŽIN – ŽIS. Výpočty ukázali, že uspokojenie potreby zmyslu života výrazne prispieva k celkovej životnej spokojnosti. Vysoké skóre medzi PIL a medzi neurotickými dotazníkmi potvrdili Franklovu predstavu o vzťahu existenciálnej frustrácie k neuróze. Kratochvíl ale upozorňuje, že ju nemožno stotožňovať s neurózou, a dodáva, že za určitých okolností ku vzniku neurotických príznakov môže viesť.[272]

3.5.1 Výskum rozdielnosti v prežívaní zmyslu života[273]

Na vzorke 946 respondentov z Nemecka, z Rakúska, z Českej republiky a zo Slovenska som v roku 2003 urobil výskum s cieľom zistiť rozdiel v prežívaní zmyslu života u rôznych skupín ľudí.[274] Pri výskume som použil dotazník zložený z dvoch častí. Prvú tvoril Logo-test E. Lukasovej[275], skrátený o poslednú, kvalitatívnu časť. Druhú tvoril Test noodynamiky K. Popielskeho[276], skrátený na 34 otázok.[277]

Výskum ukázal, že veriaci prežívajú život zmysluplnejšie ako neveriaci. Ďalej výskum ukázal, že jedinci vo veku od 30 do 39 rokov prežívajú život zmysluplnejšie ako ostatné vekové skupiny a že najviac problematickou skupinou je skupina dôchodcov, zvlášť tých, ktorí žijú v domove dôchodcov.[278] Prekvapujúce bolo zistenie, že ľudia žijúci v Nemecku a Rakúsku prežívajú zmysluplnosť života rovnako ako ľudia z bývalého „východného bloku" (ČR a SR). Jedinci v duchovnom povolaní prežívajú zmysel života rovnako ako ostatní pracujúci, a to i napriek tomu, že nežijú v prostredí rodiny a nemajú naplnené všetky potreby, čo sa týka napríklad sexuality alebo slobody.

3.6 Problematika zmyslu života v psychologických teóriách

Problém zmyslu života sa objavuje v iných psychologických teóriách najmä spolu so snahou o celostné nazeranie na človeka a so snahou o zachytenie ľudskej motivácie v celej jej rozmanitosti. Fenomén zmyslu života a prežívania

[271] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 18-19 (čes. vyd.: s. 11-12).

[272] Porov. KRATOCHVÍL, S. K problému existenciální frustrace. *Československá psychiatrie,* 1966, roč. 62, s. 322-326, tiež porov. KRATOCHVÍL, S. K psychoterapii existenciální frustrace. *Československá psychiatrie,* 1961, roč. 57, s. 186-191 a tiež porov. DUFKOVÁ – KRATOCHVÍL Předběžná a metodická sdělení. *Československá psychologie,* s. 594-597. O tomto výskume Kratochvíl a Paňava tiež referovali v roku 1968 na kongrese pod názvom „World Congress for Mental Health", ktorý sa konal v Londýne.

[273] Podrobné informácie o výskume sú uvedené v doktorskej práci: TAVEL, P.: *Pojem Wille zum Sinn u Viktora E. Frankla.* Doktorská práca pod vedením J. Papicu. FF UP Olomouc, 2003, s. 258-397.

[274] Popis skúmaného súboru je uvedený v prílohe č. 1.

[275] Porov. LUKAS, E. *LOGO-TEST. Test zur Messung von „innerer Sinnerfüllung" und „existentieller Frustration". Handanweisung.* Fürstenfeldbruck: Süddeutsches Institut für Logotherapie GMBH. (Čes. vyd.: *LOGO-TEST. Zkouška k měření „prožívané smysluplnosti" a „existenciální frustrace". Návod na použití.* Přel. K. Balcar. Chrudim: Nakladatelství MACH, 1992).

[276] Porov. POPIELSKI, K. *Noetyczny wymiar osobowości. Psychologiczna analiza poczucia sensu życia.* Lublin: Redakcja wydawnictw KUL, 1994, s. 427-430. V prílohe č. 2 je uvedený nemecký preklad Testu noodynamiky, pretože táto jazyková verzia testu sa doteraz v dostupnej literatúre neobjavila.

[277] V roku 1998 Vít Hušek realizoval štandardizačnú štúdiu Testu noodynamiky na populácii študentov vysokých škôl. Hušek ho v závere navrhuje skrátiť. Namiesto pôvodných 100 tvrdení navrhuje vybrať iba 34, pričom za kritérium pri výbere otázok volí korelačný koeficient medzi jednotlivými otázkami a celkovým skóre väčší ako 0,3. Tým vznikol veľmi konzistentný test, ktorý vysoko koreluje s testom pôvodným. (Porov. HUŠEK, V. *Standardizace a validizace testů životního smyslu.* Diplomová práce pod vedením S. Morávka. Olomouc: UP FF, 1998, s. 39-41.)

[278] V prílohe č. 3 sú uvedené tabuľky a obrázky k zisťovaniu vplyvu veku.

životnej zmysluplnosti je jav zložitý a ťažko postihnuteľný, no i napriek tomu sa niektoré psychologické teórie snažia tento jav popísať.[279]

Jazyková analýza slova zmysel

Jazyková analýza slova zmysel poskytuje viacero významov. So zmyslom života súvisia dva z nich. Prvý sa týka chápania a vyjadruje poznanie, pochopenie a interpretáciu nejakej veci. Napríklad „nechápem zmysel toho slova." V súvislosti so zmyslom života vyjadruje pochopenie, poznanie a interpretáciu životných udalostí a aj života samotného v zmysluplnom kontexte. Druhý sa týka dôležitosti a záväznosti. Používa sa ako vyjadrenie relevantnosti, signifikácie, účelu. Napríklad „malo to pre neho zmysel." V súvislosti so zmyslom života vyjadruje prítomnosť relevantných a významných cieľov či hodnôt v živote človeka. Samotný pojem zmyslu života sa vzťahuje na prežívanie svojho života ako zmysluplného a hodnotného, týka sa odpovedí na existenciálne otázky ako „Čo je cieľom môjho života?", „Má môj život zmysel?", „Čo je v mojom živote hodnotné?"[280]

Otázka zmyslu života v súčasnej psychológii

Súčasné psychologické zameranie na problém zmyslu života sa posunulo od hľadania tých „pravých" hodnôt a zdrojov zmyslu života k snahe o analýzu úlohy zmyslu života človeka, ako aj k analýze zážitku zmysluplnosti a podmienok, v ktorých sa zmysel života môže prežívať a rozvíjať. Mnohé štúdie tak ukazujú zmysel života ako silný pozitívny faktor života. Halama uvádza štúdie prezentujúce vzťah zmyslu života a životnej či duševnej pohody,[281] vplyv zmyslu života na zvládanie záťažových situácií,[282] vzťah nedostatku zmyslu života a závislostí.[283] S riešením otázky zmyslu života sa stretneme už u Adlera, Junga a okrajovo i u Freuda.[284] V posledných desaťročiach sú to okrem Frankla najmä A. M. Maslow a I. D. Yalom.[285]

[279] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 216. Pri jednotlivých častiach je uvedený aj zdroj, z ktorého Halama čerpal.

[280] Porov. *ibid,* s. 216-217.

[281] Halama uvádza zdroje: BALCAR, K. Životní smysluplnost, duševní pohoda a zdraví. *Československá psychologie,* 1995, roč. 39, č. 5, s. 420-424, ďalej REKER, G. T. – PEACOCK, E. J. – WONG, P. T. P. Meaning and purpose in life and well – being: A life span perspective. *Journal of Gerontology,* 1987, roč. 42, č. 1, s. 44-49, ďalej SHEK, D. T. L. Meaning in life and psychological well – being: An empirical study using the Chinese version of the Purpose in Life questionnaire. *Journal of Genetic Psychology,* 1992, roč. 53, č. 2, s. 185-200 a tiež ZIKA, S. – CHAMBERLAIN, K. On the relation between meaning in life and psychlogical well – being. *Britisch Journal of Psychlogy,* 1992, roč. 83, č. 1, s. 133-145.

[282] Halama uvádza zdroj: ZIKA, S. – CHAMBERLAIN, K. Relation of hassles and personality to subjektive well – being. *Journal of Personality and Social Psychlogy,* 1987, roč. 53, č. 1, s. 155-162.

[283] Halama uvádza zdroje: NEWCOMB, M., D. – HARLOW, L., L. Life events and substance use among adolescens: Mediating effects of perceived loss of control and meaninglessness in life. *Journal of Personality and Social Psychlogy,* 1986, roč. 51, č. 3, s. 564-577, ďalej WAISBERG, J. L. – PORTER, J., E. Purpose in life and outcome of treatment for alcohol dependence. *British Journal of Clinical psychology,* 1994, roč. 33, s. 49-63.

[284] Viac v časti o Freudovi, Adlerovi a Jungovi.

[285] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 217.

3.6.1 Prehľad teórií

Teórie, ktoré sa snažia zachytiť problematiku zmyslu života, spolu s teóriami, ktoré otázku zmyslu života nemajú v centre pozornosti priamo, sú nižšie v krátkosti uvedené.

3.6.1.1 Abraham Harold Maslow

Abraham Harold Maslow (1908-1970), americký psychológ, zakladateľ humanistickej psychológie, považoval zmysel života za vnútornú vlastnosť človeka, ktorá sa vynára ako mohutná motivačná sila, ak sú uspokojené nižšie potreby. Zmysel zažíva sebaaktualizovaná a k rastu motivovaná osoba, ktorá používa tvorivé schopnosti na rozvíjanie svojich vlastných vnútorných potencií. Jednotlivci sú slobodní vybrať si zmysel života, no lepší pozitívny dopad na zdravie má, keď si vyberú zmysel života, ktorý im pomáha naplniť vlastnú vnútornú prirodzenosť. Zmysel života je metapotreba, ktorá musí byť naplnená, aby človek fungoval zdravo. Ak naplnená nie je, spôsobuje poruchy. Maslow kritizoval Frankla za jeho rigiditu v postulovaní hierarchie ľudských hodnôt. Ďalej ho kritizoval za chápanie sebatranscendentných hodnôt

ako konečného zdroja zmyslu života vždy a všade, pretože podľa Maslowa príliš skoré realizovanie sebatranscendentných hodnôt hlavne u adolescentov a mladých dospelých môže viesť k nenaplneniu psychických hodnôt v správnom čase, čo sa môže prejaviť zablokovaním psychického rastu.[286]

Maslow radí hľadanie zmyslu medzi takzvané abundančné motívy. Sú to motívy, ktoré prekračujú rámec akceptovaného stavu uspokojenia. Hľadanie zmyslu, podľa Maslowa, vytvára viacvrstvové abundancie: 1. Oceňovanie je individuálne rozhodovanie o tom, čo človek považuje za dôležité pre seba a pre ostatných. 2. Životná orientácia má pomocou príkladov viesť k realistickým meradlám šťastia. 3. Pritakanie bytia interpretuje samotný život ako zmysluplný („vedomie zmyslu"). 4. Morálka životnú orientáciu zdanlivo zužuje (vylúčením konania považovaného za nemorálne), ale týmto ohraničením sa ponuka ku zmysluplnému životu skôr zvyšuje. U mnohých sa, podľa Maslowa, zmysel života rozširuje na osobný svetový názor.[287]

3.6.1.2 Irvin D. Yalom

Irvin D. Yalom (1931-), jeden z najvýznamnejších predstaviteľov súčasnej psychoterapie, vo svojej existenciálnej psychoterapii chápe zmysel striktne z existenciálneho postoja. Podľa neho nemá svoj žiadny konečný zmysel a cieľ. Zmysel ľudského života je len aktívna a kreatívna odpoveď jednotlivca na absolútnu bezzmyselnosť sveta. Aby sa človek vyrovnal s touto bezzmyselnosťou a ďalšími existenciálnymi záležitosťami (smrť, sloboda, izolácia), musí sa celým srdcom ponoriť do sebou vytvoreného zmyslu života a aktívne sa v ňom zaangažovať. Yalom kritizoval Frankla za názor, že zmysel sa dá nájsť len vo vnútri seba samého. Oproti týmto teóriám Yalom opisuje zmysel ako vo svojej podstate jedinečný výtvor, vedomú a nevedomú projekciu z osoby do sveta.[288]

[286] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 218. (Halama uvádza zdroj: DEBATS, D., L. An inquiry into existencial meaning: Theoretical, clinical and phenomenal perspectives. In: REKER, G., T. – CHAMBERLAIN, K. *Exploring existential meaning. Optimizing human development across the life span.* Thousand Oaks-London-New Delhi: Sage Publications, 2000, s. 93-106).

[287] Porov. BENESCH *Encyklopedický atlas psychologie,* s. 263.

[288] Porov HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 218. (Halama uvádza zdroj: YALOM, I., D. *Existential psychotherapy.* New York: Basic Books, 1980).

3.6.1.3 Relativistický prístup

V súčasnosti je snaha zamerať sa na úlohu zmyslu v živote človeka a úlohu podmienok, v ktorých sa zmysel vytvára a prežíva. Jedným z prelomových v tejto oblasti bol príspevok J. Battistu a R. Almonda,[289] kde popri analýze teórií zmyslu života založených na špecifických filozoficko-antropologických prístupoch dospeli k takzvanému *„relativistickému prístupu,"* nezávislému od špecifických teórií. Z ich analýzy vyplýva, že človek, ktorý má zmysel života, sa pozitívne zaviazal nejakému konceptu zmyslu života a tento koncept mu poskytuje životný rámec, ktorý mu umožňuje koherentne interpretovať svet a odvodzovať od neho životné ciele. Sám seba vníma ako toho, kto napĺňa tento životný rámec a realizuje ciele, ktoré z neho vyplývajú. Na základe tohto napĺňania a realizovania vníma svoj život ako dôležitý a významný. Tieto základné charakteristiky slúžia Battistovi a Almondovi ako teoretický prístup k zmyslu života s akceptovaním rôznych spôsobov jeho dosahovania. Tento prístup sa vyhýba redukcii na určitý spôsob, prípadne typ hodnôt, ktoré môžu človeku poskytnúť zmysel. Základným faktorom v dosahovaní pocitu zmyslu je podľa relativistického prístupu stupeň, v akom sa jednotlivec zaviazal jeho ideálom a cieľom.[290]

3.6.1.4 Baumeisterova teória štyroch potrieb[291]

R. F. Baumeister vytvoril teóriu štyroch potrieb, ktoré vytvárajú snahu o zmysluplný život a ktorých naplnenie prispieva k prežívaniu života ako zmysluplného.

Prvou je potreba pociťovania cieľov v živote. S ňou súvisí prežívanie svojich činností a udalostí vo vzťahu k budúcim výsledkom a dôsledkom, formovanie nových cieľov, keď sú staré už dosiahnuté.

[289] Tu Halama cituje BATTISTA, J. – ALMOND. R. The development of meaning in life. *Psychiatry,* 1973, roč. 36, s. 409-427.

[290] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 219.

[291] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 224. (Halama uvádza zdroj: SOMMER, K., L. – BAUMEISTER, A., S. The construction of meaning from life events: Empirical studies of personal narratives. In WONG, P., T., P. – FRY, P., M. *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications.* Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, 1998, s. 143-161).

Druhou potrebou je potreba kontroly a účinnosti a spočíva v snahe o interpretáciu udalosti v takom smere, ktorý podporuje presvedčenie, že človek ovplyvňuje výsledky svojho života a môže ovplyvňovať (má kontrolu) dôležité veci vo svojom živote.

Treťou je potreba hodnoty a oprávnenia, ktorá je snahou o externalizáciu zodpovednosti, teda potvrdenie hodnotnosti a morálnej oprávnenosti svojich činností, aktivít a hodnôt.

Štvrtá potreba je potreba vlastnej hodnoty. Tá spočíva v túžbe po pocite vlastnej ceny, výnimočnosti a dobrote. Naplnenie týchto potrieb vytvára pocit zmysluplnosti a spokojnosti.

Wong hodnotí Baumeisterovu teóriu ako celkom užitočnú, avšak potrebu kontroly vzťahuje skôr na celkovú potrebu kontroly a kompetencie než k potrebe zmyslu života.

3.6.1.5 Shapirov dvojfaktorový model životného zmyslu[292]

S. B. Shapiro vytvoril dvojfaktorový model životného zmyslu.

Prvým faktorom je významnosť, ktorá zahŕňa intencionalitu (životné ciele, zámery, úlohy, nasmerovania). Týka sa toho, čo je v živote významné a hodnotné.

Druhým faktorom je porozumenie a vzťahuje sa na celkový pocit koherencie, poriadku a rámca, v ktorom jednotlivec interpretuje svet, svoje miesto v ňom a udalosti. Zahŕňa analytické aj intuitívne porozumenie sveta.

Bližšie pochopenie oboch faktorov nám môže ozrejmiť Shapirova typológia ľudí a skupín, ktorú na základe týchto faktorov vytvoril. Rozoznáva štyri typy.

Prvý typ ľudí má vysokú signifikanciu a nízke porozumenie. Sú to úzki ideológovia, vidiaci svet čierno-bielo a v úzkych kategóriách dobra a zla, dôležitosti a nedôležitosti.

Druhý typ ľudí má vysoké porozumenie a nízku signifikanciu. Sú to cynickí scientisti a nihilisti, u ktorých dominuje analýza, ale chýba im zápal a zaangažovanie.

[292] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 224 (Halama uvádza zdroj: SHAPIRO, S., B. Purpose and meaning: A two-factor theory of existence. *Psychological Reports,* 1988, roč. 63, s. 287-293).

Tretí typ ľudí má nízky stupeň obidvoch faktorov. Sú to ľudia bez pocitu zmyslu, ktorí trpia pravou existenciálnou prázdnotou a frustráciou, prejavujúcou sa nudou, zúfalstvom a depresiou.

Štvrtý typ ľudí má vysoký stupeň signifikancie aj porozumenia. Jedinci tohoto typu integrujú ciele, angažovanosť s porozumením a chápaním. Pre Shapira je to viac-menej ideálny typ, ku ktorému by sa mali jednotlivci a skupiny dostať.

3.6.1.6 Viacdimenzionálny model troch komponentov Rekera a Wonga[293]

Najrozšírenejšou a v dostupnej literatúre najviac citovanou koncepciou štruktúry zmyslu života je viacdimenzionálny model troch komponentov G. T. Rekera a R T. P Wonga. Model obsahuje tri komponenty prežívania zmyslu života: kognitívny, motivačný a afektívny.

Kognitívny komponent sa vzťahuje na životné postoje, presvedčenia a interpretácie životných udalostí. Obsahuje životnú schému, rámec, ktorý umožňuje pripisovať význam jednotlivým činnostiam, udalostiam a životu ako celku. Jeho implikátorom je pocit zmyslu vo svojom živote, vedomie životných cieľov a životného rámca.

Motivačný komponent sa týka snahy a úsilia o dosahovanie cieľov, napĺňanie hodnôt a realizáciu zámerov. Obsahuje hodnotový systém a tiež systém životných cieľov, ktoré si človek na základe svojich hodnôt vyberá. Jeho priamym dôsledkom je prítomnosť hodnôt a cieľov v živote a zameranosť na ich dosahovanie.

Afektívny komponent hovorí o pocitoch spokojnosti, naplnenosti a šťastia, ktoré súvisia s dosahovaním cieľov, realizáciou hodnôt, ale aj s vedomím zmysluplnosti svojho života.

Medzi všetkými troma komponentmi je vzájomná súvislosť a ovplyvňovanie. Kognitívny komponent je základom ostatných dvoch komponentov, poskytuje mapu pre stanovovanie si a dosahovanie cieľov, ako aj pre prežívanie spokojnosti a naplnenia. Motivačný a afektívny komponent sa zasa ovplyvňujú a pôsobia na seba navzájom. Súčasťou autentického zmyslu života sú všetky tri komponenty. Absencia ktoréhokoľvek z nich narúša prežívanie

[293] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 225 (Halama uvádza zdroj: WONG, P., T., P. Maening – centerd counseling. In WONG – FRY *The human quest for meaning,* s. 395-436).

zmyslu života, preto je tento model vhodný ako nástroj na rozhodovanie o tom, či určitá aktivita alebo hodnota skutočne poskytuje zmysel. Napríklad drogová závislosť poskytuje silnú motivačnú aktiváciu, ale chýba jej kognitívna báza, ktorá potvrdzuje oprávnenosť cieľov a hodnôt, ako aj celkový pocit spokojnosti a naplnenosti.

3.6.1.7 Prístupy čerpajúce z kognitívnej psychológie

Novšie teórie, snažiace sa zachytiť problematiku zmyslu života a najmä jeho konštrukcie a rekonštrukcie, čerpajú z kognitívnej psychológie.

Teória životnej schémy Thompsonovej a Janigiana[294]

Thompsonová a Janigian predstavujú teóriu životnej schémy, ktorá poskytuje pocit zmysluplnosti v živote. Pocit zmysluplnosti pozostáva z vnímania usporiadanosti a cieľov v živote človeka. Životná schéma je kognitívna reprezentácia života, ktorú tvorí pohľad na seba a na svet, žiadané ciele a udalosti relevantné k daným cieľom. Niekoľko negatívnych udalostí môže pôsobiť proti niektorým častiam životnej schémy, a tým narušiť pocit zmysluplnosti. Rekonštrukcia zmyslu môže nastať procesom zmeny životnej schémy alebo zmenou vnímania týchto udalostí tak, že pocit zmysluplnosti sa znovu objaví. Táto teória má veľký význam najmä pri chápaní efektu životných strát a negatívnych udalostí na život človeka.

Zmysel ako usporiadaný proces hodnotenia Hermansa[295]

Hermans chápe zmysel ako usporiadaný proces hodnotenia. Centrálnym konceptom jeho teórie je hodnotenie. To zahŕňa všetko to, čo ľudia považujú za dôležité, keď rozprávajú o svojej životnej histórii a situácii. Všetky tieto dôležité prvky sa asociujú s pozitívnym, negatívnym alebo ambivalentným

[294] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 219 (Halama uvádza zdroj: THOMPSON, S., C. – JANIGIAN, A., S. Life schemes: A framework for understanding the search for meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology,* 1988, roč. 7, č. 2/3, s. 260-280).

[295] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 219 (Halama uvádza zdroj: HERMANS, H., J., M. Meaning as an organized process of valuation: A self – confrontational approach. In WONG – FRY *The human quest for meaning,* s. 317-334).

účinkom na človeka. Afektívna konotácia je ďalším významným prvkom v teórii hodnotenia. Je prirodzenou súčasťou každého hodnotenia a je zviazaná s kvalitou hodnotenia. Hermans rozoznáva dva protikladné, ale komplementárne motívy. Prvými motívmi sú S-motívy, ktoré sú zamerané na rozvoj a udržanie seba samého (self). Druhými motívmi sú O-motívy, ktoré reprezentujú snahu o kontakt a jednotu s inými. Človek realizuje v živote tieto dve motivačné tendencie, z ktorých potom vyplýva hodnotenie a výber hodnôt a aktivít.

Systém zmyslu života Dittman-Kohliovej[296]

Systém zmyslu života je koncept nemeckej autorky Dittmann-Kohliovej, ktorá ho chápe ako sieť kognícií s afektívnym účinkom – t.j. pozitívne a negatívne hodnotené aspekty života. To zahŕňa kogníciu seba samého a kogníciu sveta. Jeho súčasťou je aj kognícia motivácie: cieľov, plánov, túžob, strachov a úzkostí. Systém dáva zmysel a usporiadanie zážitkov človeka, facilituje alebo bráni pocitu naplnenia, a keďže reprezentuje hlavné životné ciele, taktiež slúži ako sprievodca v každodennom živote. Dittmann-Kohliová chápe systém zmyslu života ako dynamickú štruktúru, ktorá sa v životnom cykle vyvíja a adaptuje aj na základe vlastných zážitkov a interakcie s okolitým prostredím.

3.6.1.8 Zmysel života v teórii o metakognícii[297]

Človek vykladá a pomenúva ťažké a nepochopiteľné životné okolnosti, aby na ne mohol reagovať obvyklým repertoárom správania. Týmto sa zaoberá disciplína nazvaná metakognícia, ktorá požíva pojmy ako sú napríklad kauzálne prisudzovanie, hodnotenie alebo etiketovanie.

Človek je nútený nejako si vysvetľovať svoju existenciu, pretože nemá k dispozícii jednoznačnú vedomosť o tom, prečo žije, čím má svoj život naplniť a prečo musí zomrieť. Na vysvetľovanie používa výkladové schémy, ktoré v osobnom vývoji prispôsobuje svojim postojom, predsudkom a sveto-

[296] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 220 (Halama uvádza zdroj: DITTMANN-KOHLI, F. – WESTERHOF, G., J. The personal meaning system in a life – span perspective. In REKER – CHAMBERLAIN *Exploring existential meaning,* s. 107-122).

[297] Porov. BENESCH *Encyklopedický atlas psychologie,* s. 199.

vému názoru. Metakognitívne javy určujú život každého človeka. Existujú štyri oblasti ich vzniku a vplyvu: 1. vlastná skúsenosť, 2. vplyv vychovávateľov, 3. pôsobenie verejnej mienky, 4. osobná reflexia.

Človek neprestáva hľadať odpoveď na otázku zmyslu života, či už je motivovaný túžbou prežiť, alebo hľadaním „vyššieho zmyslu“ života a sveta. Tieto otázky vystupujú pred každým prinajmenšom implicitne a každý je nútený s nimi sa vysporiadať. K tomu má niekoľko možností, ktoré sú kombináciou takzvaných existenčných významov: sebarealizácia (vlastná „socha“), spoločenstvo (priateľstvo, rodina, národ), metafyzika (náboženstvo ako oddanosť nejakej absolútnej moci), politická angažovanosť (od každodennej politiky až po dlhodobé plánovanie), spoločenská angažovanosť (odstránenie spoločenského útlaku) a angažovanosť vo veciach životného prostredia. Všetky tieto ďalšie podoby angažovanosti sú konzistentne zastúpené náhodne, fanaticky alebo eklekticky-flexibilne. Vo všetkých prípadoch predstavujú zmierenie medzi sebou a svetom.

3.6.1.9 Zmysel života v rámci psychológie svetového názoru[298]

Pojem *„svetový názor“* pochádza od Kanta, ktorý pod týmto pojmom rozumie osobné zhrnutie nekonečnosti zmyslového sveta. Neskôr sa tento pojem rozšíril na celok duchovných predstáv o základných existenčných otázkach. Psychológia svetového názoru, ktorú založil K. Jaspers, skúma hranice duševného života, keďže je prístupný chápaniu človeka a skúma psychologické korene potrieb siahajúcich od najjednoduchších animistických predstáv až po „oficiálne“ svetové názory náboženských, politických a iných myšlienkových systémov.

Každý človek je postavený, najmä v kritických životných situáciách, pred tri zásadné otázky: 1. Aké určenie, aký nahliadnuteľný konečný účel je spojený s existenciou? 2. Aké povinnosti si človek môže, poprípade má pred seba klásť? 3. Aký zmysel má svet a samotná existencia? Bez ohľadu na to, či tieto otázky človek dokáže presne formulovať, alebo ich iba vycíti, pokúša sa na ne odpovedať.

Svetové názory nie sú iba kognitívne nástroje na zvládanie života, ale často aj nebezpečné prostriedky represie alebo ohrozenia mieru. Jednou z najdôležitejších funkcií je stanoviť vysoké a najvyššie hodnoty, ako sú pravda (overiteľná „vedecká“ skúsenosť umožňujúca vysvetlenie všetkého, čo je), Self (egocentrický vzťažný bod všetkého poznania), spoločnosť (nadosobné usporiadanie hodnôt), činnosť (morálna výzva na konanie), budúcnosť (zodpovednosť voči potomstvu), všemoc (závislosť od najvyššej mimosvetskej inštancie). Tieto „posledné“ ciele sú sčasti kombinovateľné. V mnohých svetových názoroch slúžia na konečný existenciálny zámer, teda na to, čo má byť nakoniec vykonané, a ako ponuka duchovnej pomoci, teda to, akú od toho človek môže čakať útechu.

Svetový názor preberajú deti od rodičov, v prostredí vrstovníkov menia a neskôr rozvíjajú smerom ku konformite alebo originalite. Svetový názor teda závisí od toho, čo sa človek naučí, od vlastnej skúsenosti a od vlastnej reflexii.

3.6.1.10 Teórie, ktoré nemajú zmysel života v centre pozornosti[299]

To, že otázka zmyslu života sa stáva dôležitým konštruktom v súčasnej psychológii, potvrdzujú aj rôzne teórie, ktoré nemajú v centre pozornosti priamo otázku zmyslu života. Tak napríklad zmysluplnosť je významnou súčasťou Antonovského SOC (sense of coherence), ktorý sa snaží zachytiť dispozície, pozitívne pôsobiace na zvládanie stresu a záťažových situácií a efekt stresu na zdravie človeka.[300] Tak isto aj v koncepte odolnosti (hardiness) Maddiho a Kobasovej nachádzame komponent *„commitment“*, ktorý je svojím poňatím aktívneho zaangažovania sa vo svete a dianí okolo seba blízky konceptom zmyslu života.[301] Taktiež Littleho koncept osobného projektu, ktorý sa snaží zachytiť osobnosť vcelku, vrátane jej životných záležitostí, snáh a úloh, prisudzuje otázke zmyslu života dôležité miesto.[302] Kováčov model kvality života nepokladá zmysel života (jeho nachádzanie a obohacovanie) len za jeden z komponentov kvalitného života, ale za univerzálny princíp kvality života.[303]

---

[298] Porov. *ibid,* s. 445.

[299] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 230.

[300] Halama uvádza zdroj: KOROTKOV, D. The sense of coherence: Making sense out of chaos. In WONG – FRY *The human quest for meaning,* s. 50-70.

[301] Halama uvádza zdroj: MADI, S., R. Creating meaning trough making decision. In WONG – FRY *The human quest for meaning,* s. 3-26.

[302] Halama uvádza zdroj: LITTLE, B., R. Personal project pursuit: Dimension and dynamics of personal meaning. In WONG – FRY *The human quest for meaning,* s. 193-212.

[303] Porov. KOVÁČ Kvalita života. *Československá psychologie,* s. 41.

3.6.2 Pojem „zmysel života“ v psychologických teóriách[304]

Termín zmysel života Frankl priamo nedefinoval, no chápal ho v intenciách životného cieľa, zamerania, úlohy či najlepšej možnej hodnoty v konkrétnej situácii. Definície zmyslu života sa v iných psychologických teóriách rôznia. Definície s existenciálnym pozadím zdôrazňujú prítomnosť životných cieľov a hodnotnosti života. Napríklad Reker definuje zmysel ako stav, keď má človek životné ciele, pocit smeru, poriadku a dôvodu na existenciu. Wong zasa definuje zmysel života ako individuálne konštruovaný kognitívny systém, ktorý dáva životu osobnú hodnotu. Kognitívne teórie dobre reprezentuje definícia Baumeistera, ktorý definuje zmysel života ako mentálnu reprezentáciu možných súvislostí medzi vecami, udalosťami a vzťahmi.

V terminológii tejto oblasti sa používajú aj iné pojmy, ktoré mnohokrát vyjadrujú tie isté alebo takmer zhodné konštrukty. Paralelne s pojmom zmysel života sa používajú pojmy zmysel v živote, životný zmysel (v angličtine sa môžeme stretnúť s výrazmi meaning of (in) life, existential meaning, personal meaning, life meaning). Tieto výrazy sú zviazané viac s obsahovou stránkou zmyslu života, vyjadrujú súbor cieľov, hodnôt a presvedčení, ktoré dávajú človeku pocit hodnoty a účelnosti jeho života.

Ďalšia skupina pojmov sa týka stupňa, v akom človek prežíva a vníma svoj život ako zmysluplný. Patria sem pojmy: zmysluplnosť (života), prežívaná zmysluplnosť, naplnenosť zmyslom, naplnenosť potreby zmyslu, pociťovanie zmyslu života, pocit zmysluplnosti a podobne. Vyjadrujú úroveň, na akej má človek rozvinutý zmysel života a jeho prežívanie. Uvedené pojmy sa často používajú s prídavnými menami, napríklad nízka zmysluplnosť, vysoká naplnenosť zmyslom alebo intenzívny pocit zmysluplnosti.

Na záver ešte definícia zmyslu života tak, ako ju vymedzuje Kováč.[305] Zmysel života je individuálne vytváraný systémový regulátor ľudského konania intrapsychického zloženia, ktorým jednotlivec pripisuje podstatný, existenčný význam vlastnému bytiu, druhým, svetu, v súlade s vyznávanými hodnotami. Intrapsychický v danom prípade znamená, že zmysel života je vytváraný integráciou kognitívnych, emočných a motivačných, respektíve vôľových potenciálov človeka, ku ktorým patria schopnosť poznávať seba, porozumieť iným, hľadať optimálne riešenia, pohoda, sebakontrola, účinnosť, plánovanie udalostí, vyhľadávanie cieľov, zvládanie náročných životných situácií a podobne.

[304] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 220-221.

[305] Porov. KOVÁČ Kvalita života. *Československá psychologie,* s. 41.

3.6.3 Tézy o zmysle života zohľadňujúce súčasné teoretické prístupy

Uviedli sme viaceré teoretické prístupy, vzťahujúce sa na zmysel života. Ich rozmanitosť poukazuje na široký záber problematiky. Z uvedených prístupov, hoci v mnohom veľmi odlišných, sa dá vypozorovať určitá spoločná názorová báza, ktorá je vlastná väčšine uvedených autorov. Tento spoločný základ charakterizuje Halama v nasledujúcich tézach.[306]

1. Zmysel života, jeho nachádzanie a vytváranie je jedným z podstatných aspektov ľudského života. Napriek rozdielom v odpovediach na otázky, čo je súčasťou tohoto fenoménu, prežívanie zmyslu života a proces jeho konštrukcie a rekonštrukcie patrí medzi fundamentálne charakteristiky ľudského života.
2. Zmysel života a jeho prežívanie je ľudský fenomén, ktorý je prístupný psychologickému skúmaniu. Hoci bol zmysel života v minulosti považovaný za abstraktnú tému, určenú najmä pre filozofov, zvýšený záujem v psychológii priniesol viaceré metodologické prístupy k jeho skúmaniu. Napriek rozdielom teoretických aj metodologických pozícií uvedených autorov je prístupnosť tohoto fenoménu psychologickému skúmaniu základným predpokladom uvažovania psychológov na túto tému.
3. Zmysel života je subjektívny fenomén utváraný v sociokultúrnom rámci jednotlivca. Interferencia osobnej vôľovej aktivity indivídua a jeho sociokultúrneho prostredia dáva spoločný rámec interpretáciám, ktoré sa pokúšajú o vysvetľovanie zložitého procesu utvárania zmyslu života.
4. Zmysel života je dynamický konštrukt, charakterizovaný nie ako statický systém, ale ako neustály proces konštruovania a rekonštruovania hodnotového systému, ako aj interpretácie a reinterpretácie života a životných udalostí. Tento neustály proces je vo vzťahu k všeobecným vývinovým zmenám jednotlivca, ako aj k jeho osobnej individuálnej histórii.

[306] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 233.

4. Ďalšia Franklova tematika súvisiaca s vôľou ku zmyslu

Medzi rôznymi témami Franklovej teórie je potrebné spomenúť tie, ktoré úzko súvisia s potrebou zmyslu života. Frankl pomenúva negatívne znaky súčasnej doby a následky, ktoré na jedincovi zanechávajú, a takisto vymedzuje pojem osoby so zdôraznením slobody a zodpovednosti človeka.

4.1 Franklova charakteristika človeka v dnešnej dobe

Frankl má svoj pohľad na súčasnú dobu a človeka. Hovorí, že aj jedinec, ktorý neprežíva hmotnú núdzu, má potrebu nájsť zmysel svojej existencie. Všíma si niektoré fenomény doby, ktoré človeku neprospievajú. Všíma si, ako sa s tým človek vyrovnáva, a upozorňuje na patologické rysy, ktoré človek nadobúda, keď sa vzdáva hľadania zmyslu. Aj u iných autorov je možno nájsť buď kritické postrehy a pripomienky týkajúce sa dnešnej doby[1], alebo rozsiahlejšie analýzy. Spomeňme napríklad knihu *Kríza kultúry*[2] filozofky

[1] Albert Gore hovorí, že dnešná doba prežíva duchovnú krízu. Príčinu vidí v cartesiánskom obrate novovekého myslenia, ktoré vidí telo a dušu človeka, prírodu, živé tvory a celý prirodzený svet iba ako vec, ktorá je zbavená svojej dôstojnosti a tajomstva. Takéto myslenie degraduje všetko, čo stojí mimo ľudskej autonómie, vytláča zo sveta človeka ľudskú dimenziu osobného životného príbehu, hodnoty, ducha a zmyslu. Ochudobňuje kultúru a jej základný duchovný rozmer. (Cit in JANÁT Viktor Emil Frankl a příběh XX. století. *Československá psychologie,* s. 259). Vymětal sa vyjadruje podobne a hovorí, že u moderného človeka sa vytráca duchovná dimenzia, v ktorej je zahrnutý aj zmysel života a vzťah k vyšším hodnotám. Ak sa ľudský jedinec nevzťahuje k niečomu vyššiemu, čo si môže naozaj vážiť, čo si ctí a na tom nejako vedome participuje, stráca potom úctu k sebe a k životu a podľa toho sa aj správa. Mnohé javy z oblasti individuálnej patológie (napríklad toxikománia, agresivita) je často možné takto vysvetliť. (Porov. VYMĚTAL *Úvod do psychoterapie,* s. 74).

[2] ARENDTOVÁ, H. *Krize kultury. Čtyři cvičení v politickém myšlení.* 1. vyd. Přel. M. Palouš. Praha: Mladá fronta, 1994.

Hannah Arendtovej alebo knihu *Človek na úteku*[3] filozofa Maxa Picarda, alebo knihu *Koniec novoveku*[4] popredného predstaviteľa katolíckeho myslenia 20. storočia Romana Guardiniho.

4.1.1 Súčasná doba

Súčasná doba nie je patologická

Frankl popisuje dnešného človeka v súvislosti s dobou, v ktorej žije. Existuje názor, že dnešná doba je patologická alebo sa často hovorí o *„chorobe doby"*. Frankl odmieta tento názor s odôvodnením, že je nepodložený. V dnešnej dobe totiž nedochádza k pribúdaniu neuróz (v klinickom slova zmysle) a nepribudlo ani neurotických úzkostí a ani úzkostí všeobecne.[5] Nestúpa ani počet psychóz a ani počet samovrážd. Názor o patológii doby vychádza z diagnózy doby, do ktorej obrazu patria fenomény ako sú tempo, strach a úzkosť. Frankl dáva týmto fenoménom svoje vysvetlenie.[6]

Životné tempo

Pokiaľ ide o etiológiu *„choroby doby"*, hovorí sa, že človeka robí chorým *„tempo našich dní"*. Zbesnenému životnému tempu možno jednoducho porozumieť, ak ho pochopíme ako pokus o sebaznecitlivenie. Človek uteká pred vnútornou prázdnotou a na tomto úteku sa vrhá do víru diania.[7] Zrýchlené tempo je tak nevydareným pokusom človeka o vlastné liečenie, pokusom utiecť pred vlastnou prázdnotou, pred bytím bez cieľa a bez obsahu, je pokusom oklamať pocit frustrácie, nespokojnosti a nenaplnenosti svojej vôle po zmysle. Čím menej človek vie o svojom zmysle, tým viac zrýchľuje tempo svojho života.[8]

Strach a úzkosť

Súčasná existenciálna filozofia hovorí, že strach človeka je strachom z ničoty. Frankl hovorí, že ničota človeka nie je niečo mimo neho, ale niečo v jeho vnútri. Človek má strach pred svojou vnútornou prázdnotou, pred samotou, lebo samota znamená zostať sám so sebou. Ako príklad uvádza Frankl nedeľné neurózy, v ktorých človek zažíva pocit prázdnoty a pustoty, vnútornej ničoty a existenciálnej frustrácie.[9] Dá sa teda povedať, že strach a úzkosť dnešného človeka pochádzajú z nudy a z toho, že človek nerieši problém vlastnej existencie. Výskumy ukazujú, že nuda a túžba po naplnení života sa môžu stať dôvodom k samovraždе. Keď si človek vyrieši sociálne otázky, vynárajú sa otázky existenciálne.[10]

4.1.2 Existenciálne vákuum

V dnešnej dobe pociťuje človek v stále väčšej miere vnútorný pocit prázdnoty, pocit nezmyselnosti vlastného bytia, pocit „*existenciálneho vákua*"[11] . Mladý človek sa vyjadrí: *„Mám 22 rokov, akademický titul, som finančne zabezpečený a mám k dispozícii viac sexu a moci, ako môžem zvládnuť. Musím sa ale pýtať, aký to všetko má zmysel."*[12] Človek trpí viac tým, že nemá žiaden zmysel, ako tým, že niekto druhý je viac cenený ako on.[13] Profesor Farnsworth z Harvardskej univerzity sa vyjadril: „*Veľkým neduhom doby je*

[3] PICARD, M. *Člověk na úteku.* 1. vyd. Přel. L. Jehlička. Praha: Vyšehrad, 1970. Kristal edice úvah a esejů.
[4] GUARDINI, R. *Konec novověku. Pokus o orientaci.* 1. vyd. Přel. O. Veselý. Praha: Vyšehrad, 1992.
[5] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 138 (čes. vyd.: s. 99).
[6] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 27-32 (čes. vyd.: s. 32-37). Toto tvrdenie je v rozpore s niektorými názormi, ktoré hovoria, že počet psychických ochorení rastie. Napríklad na medzinárodnom psychiatrickom kongrese, ktorý bol 19. – 22. júna 2003 vo Viedni, a na ktorom sa zúčastnilo asi 2500 expertov z celého sveta, sa konštatovalo, že na svete má 120 miliónov ľudí depresie, 24 miliónov ľudí schizofréniu a vyše jedného milióna ľudí spácha ročne samovraždu. Prof. Ahmed Okasha, prezident svetového združenia psychiatrov, predniesol prognózu, že počet psychických ochorení rastie a do roku 2020 sa do meradla všetkých chorôb zaradia po srdcových ochoreniach na druhé miesto. (Porov. GEBHARD, J. Die Grenze zwischen normal und seelisch krank. *Kurier,* 2003, Nr. 165, s. 20).
[7] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 140-142 (čes. vyd.: s. 100-101).
[8] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 28-29 (čes. vyd.: s. 33-34).
[9] Porov. *ibid,* s. 113-115 (s. 100-101).
[10] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 128-131 (čes. vyd.: s. 120-122).
[11] *„...existentielles Vakuum..."* FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 14. Tento pojem bol použitý Franklom prvýkrát už v roku 1955 v knihe *Pathologie des Zeitgeistes*.
[12] FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 11 (čes. vyd.: s. 7).
[13] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 75.

bezcieľnosť, nuda a strata zmyslu."[14] Niektoré antropologické teórie považujú za podstatné u človeka uspokojiť jeho pudy a potreby. Ak človek uspokojí iba svoje pudy a potreby, nepocíti naplnenie, ale skôr pocit nudy, prázdnoty, teda existenciálne vákuum.[15]

Ustarostenosť o zmysel bytia, pochybnosti o zmysle a zúfalosť z nedostatku pocitu zmyslu existencie nevytvára v žiadnom prípade patologický fenomén. V niektorých prípadoch však možno pozorovať súvislosti medzi touto duchovnou núdzou a duševnými chorobami.[16]

Existenciálna frustrácia

Pocit existenciálnej prázdnoty, bezobsahovosti a prázdnoty existencie Frankl nazýva *„existenciálna frustrácia."*[17] Na existenciálnu frustráciu nie je vhodný medicínsky model. Ak ju treba nazvať neurózou, tak jej potom skôr patrí názov sociogéna.[18] Existenciálne vákuum samo osebe nepredstavuje duševnú chorobu. Pochybnosti o tom, či má ľudský život zmysel, sú skôr stavom existenciálneho zúfalstva alebo existenciálnej núdze. Hľadanie zmyslu vlastnej existencie alebo pochybnosti nad tým, či taký zmysel existuje, je niečím ľudským, a nie patologickým.[19] Existujú však aj larvované formy existenciálnej frustrácie, ktoré sa prejavujú rastúcim počtom samovrážd, drogovej závislosti, alkoholizmom a vzrastajúcou kriminalitou mládeže.[20] Viac v časti o kolektívnych neurózach.

4.1.2.1 Výskumy dokazujúce existenciálne vákuum

Frankl urobil štatistickú sondu medzi poslucháčmi svojich prednášok na Lekárskej fakulte Viedenskej univerzity a medzi svojimi poslucháčmi v USA. 40% opýtaných poslucháčov vo Viedni a až 81% opýtaných poslucháčov v USA sa vyjadrilo, že zažilo pocit bezzmyselnosti.[21]

[14] FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 185 (čes. vyd.: s. 21).
[15] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 227-228.
[16] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 78.
[17] *„...existentielle Frustration..."* FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 140 (čes. vyd.: s. 100).
[18] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 229.
[19] Porov. FRANKL Dynamika a hodnoty. *Československá psychologie,* s. 546.
[20] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 11-12 (čes. vyd.: s. 9).
[21] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 179 (čes. vyd.: s. 16).

Frankl hovorí, že 18% amerických študentov v ankete vyhlásilo, že život nemá žiadny zmysel a pol milióna teenagerov v Amerike sa každý rok pokúsi o samovraždu, čo podľa Frankla tiež súvisí s otázkou zmyslu života. Vtedajší viceprezident Spojených štátov Al Gore počas svojej volebnej kampane prehlásil: *„Naša súčasná kríza zmyslu je oveľa závažnejšia ako ekonomická a ekologická kríza dohromady."*[22]

Christa Kohlerová, vedúca oddelenia pre psychoterapiu a výskum neuróz na psychiatrickej klinike Univerzity Karla Marxa v Lipsku vo svojich výskumoch tiež zistila často sa objavujúce existenciálne vákuum.[23] Takisto Fairbain a Guntrip hovoria, že pacienti sa sťažujú na prázdnotu a nudu. Často nevedia, kým sú alebo čo by mali robiť.[24]

Silbereisen a Kastner skúmali v rokoch 1980 až 1983 príčiny problémového správania a kriminality mládeže vo veku od 14 do 23 rokov v Rakúsku. Jednou zo štyroch základných príčin bola strata zmyslu, ktorá znemožňuje ďalšiu orientáciu v budúcnosti, ktorá je prekážkou pri prekonávaní úloh dozrievania a ktorá je príčinou problémového správania.[25]

Frankl hovorí, že ľudí pociťujúcich existenciálne vákuum pribúda. Spomína výskum u 500 učňov, u ktorých výskyt existenciálneho vákua stúpol v priebehu dvoch až troch rokov z 30 až 40% na 70 až 80%. Spomína ďalej, že aj v Afrike je možné zistiť prírastok medzi akademickou mládežou.[26]

Frankl poukazuje na nesprávne unikanie z prázdnoty a nezmyselnosti tým, že si človek môže navodiť subjektívny pocit zmyslu. Uvádza príklad požitia drogy LSD, pomocou ktorého človek dochádza k zmyslovej bohatosti, čo ho však odvádza od pravých úloh v živote vonkajšieho sveta.[27]

Lauková vo svojom výskume konštatuje zvýšenú mieru existenciálnej frustrácie u mladých, užívajúcich heroín, v porovnaní s vysokoškolákmi rovnakého veku. U skúmaných mladých ľudí sa ukazuje, že sú málo orientovaní na zmysel pre nižšie sociokultúrne prostredie, v ktorom sa pohybujú. Ďalej zistila, že s narastajúcou dĺžkou konzumácie drog sa zvyšuje miera existenci-

[22] Porov. HRDLIČKA, M. – FANTA, V. Žízeň je nejjistější důkaz, že musí existovat voda. Prof. dr. Viktor E. Frankl. *Mladý svět,* 1994, roč. 36, č. 19, s. 38.
[23] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 11 (čes. vyd.: s. 7).
[24] Porov. *ibid,* s. 24 (s. 16).
[25] SCHENK-DANZINGER, L. *Entwicklungspsychologie.* 22. Aufl. Wien: Österreichischer Bundesverlag, 1993. Schriften zur Lehrerbildung und Lehrerfortbildung. Bd. 1, s. 416-417.
[26] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 11 (čes. vyd.: s. 7).
[27] Porov. *ibid,* s. 26 (s. 17).

álnej frustrácie a tiež je jej miera vyššia u tých jedincov, ktorí sa neliečia.[28] Kopasová zistila menšiu mieru v napĺňaní potreby zmysluplnosti medzi alkoholikmi v porovnaní s bežnou populáciou.[29]

4.1.2.2 Príčiny a následky existenciálneho vákua

Príčiny, ktoré spôsobujú existenciálne vákuum, sú redukcionizmus, strata inštinktu a strata tradície. K následkom existenciálneho vákua patrí konformizmus, totalitarizmus, neuroticizmus, prehnaná sebareflexia, sebainterpretácia a sebarealizácia.

4.1.2.2.1 Redukcionizmus

Faktor, ktorý vplýva na vytváranie pocitu existenciálneho vákua, je redukcionizmus.[30] Vystihuje ho slovné spojenie *„nič viac ako iba“*[31]. Napríklad o rodičovskej láske sa prehlasuje, že „nie je nič iné, ako iba narcizmus“, o priateľstve, že *„nie je nič viac ako iba sublimácia homosexuálnych sklonov“*[32], o Bohu, že *„nie je nič viac ako iba imago otca“* a o náboženstve, že *„nie je nič viac ako iba neurózou ľudstva.“*[33] Alebo sa o filozofii hovorí, že *„nie je nič viac ako iba poloslušný spôsob, ako zvládnuť prebytočné libido,“* alebo sa o filozofii, náboženstve a schizofrénii hovorí, že *„nie sú nič viac ako výrazom strachu z kastrácie,“*[34] alebo sa o náboženstve hovorí, *„že nie je nič viac iba ako nejakou ľudskou neurózou.“*[35]

[28] Porov. LAUKOVÁ, M. Miera prežívania zmysluplnosti u konzumentov návykových látok. Diplomová práca pod vedením E. Klčovanskej. Trnava: FH TU, 1998/1999. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. s. 6.

[29] Porov. KOPASOVÁ, M. Prežívanie zmyslu života alkoholikov vzhľadom k liečbe. Diplomová práca pod vedením O. Kondáša. Trnava: FH TU, 1999/2000. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. s. 5.

[30] Frankl hovorí, že na redukcionizme nesú spoluvinu aj vedci. (Porov. HRDLIČKA – FANTA Žízeň je nejjistější důkaz. *Mladý svět,* s. 38).

[31] *„...nichts als...“* FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 179 (čes. vyd.: s. 16).

[32] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 12-13 (čes. vyd.: s. 8).

[33] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 220 (čes. vyd.: s. 197).

[34] Porov. HRDLIČKA – FANTA Žízeň je nejjistější důkaz. *Mladý svět,* s. 38.

[35] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 93.

Ako reakciu na tvrdenie, že hodnoty *„nie sú nič viac ako iba obranné mechanizmy a reakcie“*[36] vyhlasuje Frankl: *„nikdy by som nebol ochotný žiť iba pre svoje reakcie a už vôbec nie zomrieť pre obranné mechanizmy“*[37]. Hoci má redukcionizmus v rámci svojej dimenzie pravdu, nevystihuje celú realitu človeka a stráca sa ním pohľad na zmysel ľudskej existencie.[38] Redukcionizmus, ako hovorí Frankl, je nihilizmom dneška. Netreba ho zamieňať s existencializmom. To podstatné v existencializme Sartra nie je ničota, ale nepredmetovosť človeka.

Príkladom redukcionizmu je psychologizmus, ktorý sa vyznačuje tým, že premieta duchovné fenomény z ich duchovného priestoru iba do roviny psychologickej. V tejto projekcii sa tak stáva fenomén mnohoznačným a bez zreteľa na duchovnú náplň. Keď sa iba takto hodnotí napríklad nejaký duševný akt, nedá sa tento potom odlíšiť od kultúrneho výkonu alebo iba od psychologického symptómu. Kruh v rovine je tiež mnohoznačný, lebo môže znamenať projekciu gule, valca alebo iba dvojdimenzionálneho kruhu. Takisto nemožno postrehnúť, iba na základe psychologickej projekcie, rozdiel medzi Dostojevským a nejakým epileptikom. Psychologická projekcia je ochudobnená o pozorovanie duchovnej dimenzie. K podobnej strate dimenzie dochádza, keď sa ja stáva iba objektom.[39]

Ľudská existencia sa vo svojej najhlbšej podstate vyznačuje svojím sebapresahom, sebatranscendenciou. Redukcionizmus je v skutočnosti *„sub-humanizmom.“*[40]

4.1.2.2.2 Strata inštinktu a tradície

Dvoma príčinami, ktoré by mohli spôsobiť existenciálne vákuum, sú strata inštinktu a strata tradície. Človeku, na rozdiel od zvieraťa, nehovoria inštinkty, čo musí robiť, a dnešnému človeku nehovoria už ani žiadne tradície, čo by mal robiť. Často nevie, čo sám chce. Preto má sklon chcieť to, čo robia iní, čo je konformizmus, alebo robiť iba to, čo mu povedia druhí, čo je totalitariz-

[36] *„...nichts als Abwehrmechanismen und Reaktionsbildungen...“* FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 180 (čes. vyd.: s. 16).

[37] *„...nie und nimmer wäre ich bereit, um meiner Reaktionsbildungen willen zu leben oder gar meiner Abwehrmechanismen wegen zu sterben...“ Ibid,* s. 180 (s. 16).

[38] Porov. *ibid,* s. 180-181 (s. 17).

[39] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 102-104 (čes. vyd.: s. 73-74).

[40] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 197-198 (čes. vyd.: s. 140).

mus.[41] Nájdenie zmyslu dáva človeku odolnosť voči konformizmu a totalitarizmu, lebo jedinec, ktorý žije so zmyslom života *„sa neutieka ku konformizmu a neskloní sa pred totalitarizmom.“*[42]

4.1.2.2.3 Neuroticizmus

Popri konformizmu a totalitarizmu patrí k následkom existenciálneho vákua aj neuroticizmus.[43] *„Okrem psychogénnych neuróz v užšom slova zmysle totiž existujú tiež noogénne neurózy.“*[44] Sú to neurózy, *„pri ktorých nejde len o duševnú chorobu, ale skôr o duchovnú biedu, a to nezriedka v dôsledku pocitu bezzmyselnosti.“*[45] Treba ale podotknúť, že pocit bezzmyselnosti ešte nie je žiadnou neurózou.[46]

4.1.2.2.4 Prehnaná sebareflexia, sebainterpretácia a sebarealizácia

Ďalšou reakciou na pocit bezzmyselnosti je prehnaná sebareflexia, sebainterptretácia a sebarealizácia. V prehnanej sebareflexii a sebainterpretácii človek neustále hľadá za vedomým správaním nevedomé popudy. Tak, ako sa bumerang vracia k lovcovi vtedy, ak minie korisť, tak sa obracia človek sám k sebe, zamestnáva sa interpretáciou samého seba, keď je frustrovaný v hľadaní zmyslu. Blízko sebainterpretácie je sabarealizácia. Ten, kto si kladie za cieľ sebarealizáciu, môže prehliadať a zabúdať, že jeho sebarealizácia je možná iba v rozsahu, ktorý napĺňa zmysel – vo svete, nie sám v sebe. Byť človekom odkazuje na niečo za ním samým, na niečo alebo na niekoho: na zmysel, ktorý má byť naplnený alebo na bytie blížneho. Ako hovorí Jaspers: *„Tým, čím človek je, tým je prostredníctvom veci, ktorej sa ujíma.“* Maslow tiež hovorí, že *„ľudia, ktorí hľadajú sebaaktualizáciu priamo, oddelene od životného poslania ju nemôžu skutočne dosiahnuť.“*[47]

[41] Porov. *ibid,* s. 10 (s. 8).
[42] *„...er sich eben nicht dem Konformismus fügt und dem Totalitarismus beugt...“* FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 183 (čes. vyd.: s. 19).
[43] Porov. *ibid,* s. 178 (s. 15).
[44] *„Neben den psychogenen Neurosen, also den Neorosen im engeren Wortsinn, gibt es nämlich auch noogene Neurosen,...“ Ibid,* s. 178-179 (s. 15).
[45] *„...bei denen es sich eigentlich weniger um eine seelische Krankheit als vielmehr um geistige Not handelt, und zwar nicht selten infolge eines abgründigen Sinnlosigkeitsgefüls.“ Ibid,* s. 179 (s. 15).
[46] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 12-13 (čes. vyd.: s. 8).

4.1.3 Charakteristika človeka s absenciou zmyslu

I napriek tomu, že Frankl odmieta vyjadrenia o patológii dnešnej doby, pokúša sa vystihnúť jednotlivé charakteristiky dnešného človeka, ktoré dáva do súvisu s absenciou zmyslu, respektíve s útekom pred pocitom bezzmyselnosti. Patrí medzi ne fatalistický postoj, provizórne bytie, kolektivistické myslenie a fanatizmus. Frankl zostavil test, v ktorom v štyroch otázkach skúma dané charakteristiky. Prvá sa týka provizórneho myslenia: „Súdite, že nestojí za to pracovať a vziať svoj osud do vlastných rúk, ak príde atómová bomba a všetko stratí zmysel?“ Druhá otázka sa týkala fatalizmu: „Myslíte, že človek nie je koniec- koncov nič iné ako hracia loptička vonkajších a vnútorných síl mocností?“ Tretia otázka sa týkala kolektivizmu: „Veríte, že najdôležitejšie je nebyť nápadný?“ Štvrtá otázka sa týkala fanatizmu: „Máte ten názor, že človek, ktorý chce to najlepšie, má právo použiť každý prostriedok, ktorý sa mu hodí?“ [48]

4.1.3.1 Fatalistický postoj

Dnešný človek nemá rozvinuté vedomie zodpovednosti. Zodpovednosť neprežíva radostne, uteká pred ňou. Tak sa uchyľuje k fatalizmu, k viere v silu osudu.[49] Fatalista sa stavia do pozície, že je nemožné konať a vziať osud do vlastných rúk, pretože osud je nadmieru mocný.[50] Fatalista vidí nemennú danosť, napríklad v pudoch, vo vlohách, v prostredí alebo v tom, aké má charakterové vlastnosti.[51] Viac v súvislosti so slobodou človeka.

[47] Porov. *ibid,* s. 16-18 (s. 10-13).
[48] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 44-45 (čes. vyd.: s. 46).
[49] Porov. *ibid,* s. 27 (s. 32).
[50] Porov. *ibid,* s. 38 (s. 42).
[51] Porov. *ibid,* s. 128-133, 164-168 (čes. vyd.: s. 111-115, 136-140).

4.1.3.2 Provizórne bytie

Fatalista považuje konanie za nemožné, človek s provizórnym postojom k životu si myslí, že nejaké konanie nie je vôbec nutné, lebo nevie, čo prinesie zajtrajšok. Myslieť do budúcna, plánovať, žiť cieľavedome – to všetko sa mu zdá zbytočné a nezmyselné a ostáva len žiť zo dňa na deň.[52] Latinské slovo „finis" má dvojaký význam: koniec a cieľ. Človek, ktorý nevidí koniec svojho existenčného provizória, nemôže ani svoj život zamerať na nejaký cieľ, nemôže zamerať svoj život do budúcnosti. Tým sa zmení aj celá vnútorná štruktúra jeho vnútorného života a dochádza k vnútorným úpadkovým javom. Väčšina väzňov v koncentračnom tábore uviazla na mŕtvom bode, lebo si myslela, že všetky možnosti na uskutočnenie sú niekde inde, pričom oni spočívali „de facto" práve v tom, čo človek urobí zo života v tábore.[53]

Počas vojny sa ľudia necítili v bezpečí, nikde si neboli istí, lebo nevedeli, či prežijú, a tak žili „pre dnešok". Takýto jedinec žil bez akejkoľvek snahy, lebo sa musel zrieknuť života v láske, výhľadu na spokojný život, úsilia o vybudovanie života dôstojného človeka a tak išlo o to využiť okamih, ktorý sa práve ponúkal. Dnešný človek môže tiež žiť v neistote a strachu. Myslí si, že to hlavné ešte len príde, a tak žije provizórne. Frankl hovorí, že provizórny postoj k bytiu by človek nemal zaujímať v žiadnej situácii, ani v tej najťažšej, ale brať ju ako zaťažkávaciu skúšku, ktorá je vrcholom jeho bytia. Život nie je niečo, ale iba príležitosť niečoho. Ak človek uloženú úlohu splnil, nemusí byť úzkostlivý, lebo splnená úloha znamená večný život.[54]

4.1.3.3 Kolektivizmus

Dav obmedzuje slobodu jednotlivca. Dav a osobnosť sú v konflikte. Kvôli neosobnej rovnosti potiera dav osobnosť a osobnosť spôsobuje rozpad davu. Zodpovednosť je veľmi osobná a dnešný človek sa jej bojí, necháva so sebou manipulovať masou, snaží sa stratiť v dave, jeho myslenie je kolektívne – podlieha kolektivizmu. Dav nie sú osobné bytosti so slobodnou vôľou a zodpovednosťou, ktoré majú zásluhy alebo vinu kvôli rozhodnutiu. Osoba nemôže na seba nikdy vziať kolektívnu vinu, kolektívna vina neexistuje.[55]

[52] Porov. *ibid,* s. 38 (s. 42).
[53] Porov. FRANKL *...trotzdem Ja zum Leben sagen,* s. 115-118 (čes. vyd.: s. 68-70).
[54] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 33-37 (čes. vyd.: s. 38-41).

4.1.3.4 Fanatizmus[56]

Fanatizmus je opakom kolektivizmu. Ak človek kolektívneho myslenia zabúda na svoju vlastnú osobnosť, človek fanatického myslenia prehliada osobnosť iného, inak zmýšľajúceho. Neuznáva platnosť iného spôsobu myslenia. Neuznáva názor druhého, ale ani svoj názor často nemá, lebo podlieha verejnej mienke, zmocňuje sa ho, čo je veľmi nebezpečné. Vodca ignoruje osobnosť, slobodu rozhodovania a ľudskú dôstojnosť. Pre vodcu platí, že „účel svätí prostriedky", a nezastaví sa ani pred ľuďmi. Verejná mienka používa heslo, ktoré spôsobuje psychologickú reťazovú reakciu. V dave, ktorý je zasiahnutý heslom, sa rozbehne reakcia, ktorá sa nedá zastaviť.[57]

4.2 Franklovo chápanie osoby

Otázka osoby je v súčasnej dobe diskutovanou témou. Neurofyziologické, psychiatrické a psychologické výskumy, týkajúce sa kognitívnych schopností, identity, pamäti, či už zdravých alebo poškodených jedincov, prinášajú nové poznatky a dávajú nové podnety na diskusiu. S chápaním osoby a jej identity súvisia tiež etické otázky, ako napríklad transplantácia orgánov, operácia mozgu a podobne.

[55] Porov. *ibid,* s. 38-40 (s. 42-43).
[56] Porov. *ibid,* s. 40-44 (s. 44-45).
[57] Stríženec hovorí, že fanatizmus chce presadiť pravdu a často to s krutou dôslednosťou sleduje ako absolútny cieľ. Hole rozumie pod fanatizmom mimoriadnu oddanosť vysokohodnotnej spoločenskej úlohe, pričom oddanosť je sprevádzaná intenzívnym úsilím o radikálne dosiahnutie tohoto cieľa. To vedie k bezohľadným formám boja o víťazstvo. Fanatika necharakterizuje cieľ, ale spôsoby jeho presadzovania a vedenia boja a neschopnosť kompromisu. U fanatika možno nájsť frustrovanú potrebu podporenia vlastnej hodnoty, ako aj absolútnej platnosti zastávanej myšlienky. (Porov. STRÍŽENEC, M. *Súčasná psychológia náboženstva.* 1. vyd. Bratislava: IRIS, 2001, s. 47).

Nižšie je uvedené Franklovo chápanie osoby,[58] čo je možno porovnať s chápaním osoby v súčasnej filozofii a psychológii.

4.2.1 Desať Franklových téz o osobe

Franklovo chápanie osoby sa dá zhrnúť do desiatich téz.

1. Osoba je indivíduum.
   Osoba je indivíduum, je nedeliteľná. V schizofrénii sa už, podľa Frankla, nehovorí o rozštiepení osobnosti, ale o alternujúcom vedomí.
2. Osoba je nezlučiteľná.[59]
   Osoba je nezlučiteľná, lebo okrem toho, že je jednotou, je aj celkom. Ako taká sa nemôže rozplynúť vo vyšších radoch, ako napríklad v mase, v triede, v rase. Tieto nadradené entity nie sú personálnymi entitami. Osoba, ako personálny duch, duchovná existencia, nemôže byť jedincom odovzdávaná ďalej.
3. Každá osoba je absolútne nóvum.
   V dieťati, ktoré sa rodí, vzniká nové „ty“, nová bytosť. Každým narodeným človekom, ktorý prichádza na svet, je uvedené v bytie, je uvedené do skutočnosti absolútne nóvum, lebo duchovná skutočnosť je neprenosná.[60]
4. Osoba je duchovná.[61]
   Osoba je v heuristickom a fakultatívnom protiklade k psychofyzickému organizmu. Organizmus je súhrn orgánov a osoba ho potrebuje, aby mohla konať a aby sa mohla vyjadriť.[62] Organizmus je tak nástrojom, prostriedkom a má úžitkovú hodnotu, na rozdiel od osoby, ktorej prislúcha dôstojnosť. Duch nemôže ochorieť a človek má stále rovnakú dôstojnosť a hodnotu, aj keď je chorý.
   Pod duchom sa tu rozumie špecificky ľudská dimenzia. Duch sa nedá redukovať na nejaké sub-humánne fenomény alebo dedukovať z nejakých sub-humánnych fenoménov. Tento postoj stojí proti redukcionizmu.[63]
5. Osoba je existenciálna.
   Osoba je existenciálna, čím je vyjadrené, že nie je faktická. Človek, ako osoba, nie je faktickou, ale fakultatívnou bytosťou, čo znamená, že existuje ako svoja vlastná možnosť, pre ktorú alebo proti ktorej sa môže rozhodnúť. Človek sa stále rozhoduje, čím v najbližšom okamihu bude.

[58] Definíciu osoby, ktorá je zhrnutá v nasledujúcom texte, uverejňuje Frankl prvýkrát v knihe *Der unbedingte Mensch*, neskôr v knihe *Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie* (Porov. FRANKL *Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie.* Bem-Stuttgart-Wien: Velag Hans Huber, 1975, s 83-236).

[59] Táto téza, podobne ako téza tri a sedem korešponduje s myslením sv. Tomáša Akvinského, ktorý hovorí o duši a jej mohutnostiach. (Porov. S. THOMAS AQUINAS. *Summa Theologica. Pars I.,* s. 466-501 (čes. vyd.: s. 631-691)).

[60] O personálnej jedinečnosti a nenahraditeľnosti hovorí už Augustín.

[61] V súvislosti s duchovnosťou osoby je potrebné spomenúť pojem *„noetický rozmer osobnosti“*. Frankl ho požíva na označenie špecificky ľudského rozmeru, ktorý je vlastný iba ľuďom a ktorý obsahuje schopnosti ako sú: sloboda, zodpovednosť, sebatranscendencia, sebadištanc, akceptácia smrti. Tento rozmer reprezentujú existenciálne skutočnosti a záležitosti nachádzajúce sa v živote človeka. Frankl používal pre tento rozmer aj názvy *„noologický“* alebo *„duchovný“* a chápal ho operacionálne ako rozmer, v ktorom človek prekračuje svoje psychofyzické bytie a zodpovedne rozhoduje o sebe, zaujíma postoje k svojej „osudovosti“ (psychofyzickej určenosti) a realizuje určitú mieru slobody voči podmienenosti vonkajšími a vnútornými podmienkami. Popielski, ktorý nadväzuje na Frankla, formuloval teóriu noetického rozmeru osobnosti, podľa ktorej má existencia človeka subjektový charakter, teda človek je sám subjektom (realizátorom a uskutočňovateľom) svojej vlastnej existencie. Používa pojem subjekt osoby, ktorým označuje Ja človeka, schopné reflektovať, vyberať a rozhodovať sa, schopné realizovať hodnoty a hľadať zmysel. *„Noetický rozmer“* definuje ako teoretický konštrukt, ktorý slúži na popis existenciálnych reálií, podstatne významných pre ľudský život. Tento rozmer sa prejavuje najmä v snahe človeka objaviť zmysel vlastnej existencie, a to prostredníctvom orientácie na hodnoty. Pri operacionálnej definícii popisuje Popielski 36 kategórií (kvalít, aktivít, postojov), ktoré opisujú či vyčerpávajú tento konštrukt. Určité nezrovnalosti, ktoré spôsobilo nie celkom jasné používanie pojmu noetický u Frankla, sa pokúsil napraviť Wong. Frankl totiž používal pojmy duchovný a noetický ako synonymá, ale zároveň odmietal pre noeticky rozmer chápanie v náboženskom zmysle. Duchovný rozmer sa však čoraz viac a viac (hlavne pod vplyvom americkej literatúry) stáva označením pre oblasti človeka, v ktorých prežíva svoje duchovné – spirituálne záležitosti, súvisiace s náboženstvom a so vzťahom s Bohom alebo s transcendentom ako takým. (Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 221).

[62] Frankl na inom mieste hovorí, že existuje vzťah medzi telesným a duševným. Duch na jednej strane potrebuje telo ako nástroj na svoj rozvoj a prejav, teda duch je na telo odkázaný a závislý od neho. Na druhej strane sa telo prejavuje v duševnom či v duchovnom živote. Duševný stav nachádza odpoveď v telesnej oblasti, hoci nie každé, napríklad telesné, ochorenie musí mať v pozadí odpovedajúci zážitok. Pri liečení tela treba vidieť tiež prežívajúcu a trpiacu bytosť. (Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 134-139 (čes. vyd.: s. 116-120)).

[63] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 93.

Byť človekom znamená byť zodpovedným. Ľudská existencia je ovládaná vôľou ku zmyslu. Nejde len o boj o existenciu, ale aj o boj o zmysel existencie.[64]

6. Osoba patrí do oblasti ja, a nie ono.
   Osoba nie je pod diktátom ono. Freud tvrdil, že ja nie je pánom vo vlastnom dome. Osobu, ja ale nemožno odvodiť od ono. Popri pudovom nevedomí existuje aj duchovné nevedomie, oblasť, kde je osoba nevedomá, kde má duchovno svoje korene. K nevedomej duchovnosti patrí tiež nevedomá viera, religiozita, ako nevedomý vzťah človeka k transcendencii.[65]
7. Osoba je základom jednoty a celosti človeka.
   Osoba nie je iba jednota a celosť. Osoba je tiež základom jednoty a celosti. Je základom telesne-duševne-duchovnej[66] jednoty a celosti, ktorá tvorí podstatu človeka. Osobou je jednota a celosť konštituovaná, fundovaná a garantovaná. Človek predstavuje priesečník troch vrstiev, ktoré nemožno od seba oddeliť: telesnej, duševnej a duchovnej.[67]
8. Osoba je dynamická.
   Až tým, že sa duchovno dokáže dištancovať a odvrátiť od psychofyzična, môže sa prejaviť. Existovať znamená vystupovať zo seba samého a proti sebe samému. Proti sebe samému vystupuje človek vtedy, keď vystupuje duchovná osoba proti sebe samému, proti psychofyzickému organizmu. Sebadištancovanie konštituuje duchovnú osobu ako takú.[68]
9. Osoba dokáže veriť.
   Zviera sa nedokáže postaviť nad seba samého, proti sebe, nemá korelát v osobe. Ľudský svet je presahovaný iným svetom, ktorý je pre človeka neprístupným, až ktorého „vyšší zmysel" môže dať zmysel utrpeniu. Hoci človek len málo chápe nad-svet, má vieru.
10. Osoba chápe seba samu na základe transcendencie.
    Človek je človekom do tej miery, pokiaľ pri snahe o pochopenie vychádza z transcendencie. Volaniu transcendencie načúva človek vo svedomí. Viera sa v logoterapii nepodáva ako viera v Boha, ale viera v zmysel. Posledný zmysel je nutné prijať, lebo za jeho rámec sa už ísť nedá. Viera v zmysel je transcendentálna kategória. Ľudské bytie je vždy už bytie zamerané na zmysel. Tušenie, vedomie zmyslu tvorí základ vôle ku zmyslu. Či si už je toho človek vedomý, alebo nie, verí v zmysel.

4.2.2 Chápanie osoby v súčasnej filozofii

Pojem osoby prešiel takmer dvetisícročným vývinom a chápanie osoby v súčasnej filozofickej antropológii má niekoľko čŕt.[69]

V dejinách antropológie možno pozorovať prechod od esenciálneho chápania k existenciálnemu. Osoba sa čoraz menej chápe ako „čo-osť" a čoraz väčšmi ako to, čo bytostne podmieňuje ľudskú jedinečnosť. Z toho ďalej vyplynulo, že osoba nie je to, čo je konštituované z bytnosti človeka, ale medziosobnými vzťahmi, najmä tými vzťahmi, ktoré sú najexistenciálnejšie, najbytostnejšie. Osoba je prednostne určovaná, a tým aj konštituovaná vzťahom.

Osoba sa ďalej stala najvlastnejším bodom sebaidentifikácie človeka. Človek čoraz jasnejšie reflektuje, že je schopný pochopiť svoju identitu cez osobu a v osobe.

V 20. storočí sa rozvinulo systémové chápanie osoby, podľa ktorého osoba človeka, presnejšie jeho personálnosť, je systémovou vlastnosťou človeka

[64] Rozlíšenie pojmu *„bytie"* a *„existencia"* nájdeme u Jaspersa, ktorý pojem *„existencia"* vzťahuje iba na človeka. V prípade človeka nejde len o faktické bytie, ale ide o autentické bytie. Podobne sa vyjadroval aj Heidegger. Hoci má vo svojej filozofii Jaspers iné dôrazy, jeho chápanie je podobné ako u Frankla. (Viac v časti o Jaspersovi).

[65] V rámci modernej psychológie sa pod pojmom ja označuje invariant vedomého prežívania vlastnej osoby ako indivídua. Freud chápe *„Ja"* ako jednu z častí osobnostnej štruktúry, popri *„Ono"* a *„Nadja"*. Kladie dôraz na úlohu nevedomých, či podvedomých motívov konania, čím je vystavený kritike súčasníkov i nasledovníkov. Freud upozornil na jednu z veľkých podmienenností človeka, nezadefinoval ale podstatu osoby. (Porov. BLECHA *Filosofický slovník,* s. 203).

[66] Toto trinitárne chápanie človeka bolo známe už v antike.

[67] Duša *(psyché)* je pre Frankla mostom medzi telom, ktoré radí človeka do sveta prírody a duchom *(logos)*, ktorý je noogénou vrstvou bytia. Participácia na nej človeka vyvyšuje nad všetko existujúce. Logos je nositeľom objektívne existujúceho zmyslu. Smékal hovorí, že hoci tu nie je vyslovene reč o Bohu, veriaci môžu túto konštantu takto interpretovať, rovnako ako agnostici môžu *logos* považovať za Popperov tretí svet ideí. (Porov. FRANKL *Člověk hledá smysl,* s. 5).

[68] Sebadištancovanie je prítomné vo všetkých duchovných tradíciách.

[69] Porov. LETZ, J. *Filozofická antropológia. Príspevok ku kreačno-evolučnému porozumeniu človeka.* Edícia Filozofickej sekcie ÚSKI a SKA zv. 4. Bratislava: Charis s.r.o., 1994*,* s. 56.

ka. Takáto systémová vlastnosť už nie je imanentnou vlastnosťou systému konkrétneho človeka, ale niečím, čo ho presahuje. Osoba je v tomto chápaní akousi systémovou transcendentálnosťou, „bytostným tykadlom“, ktorým sa otvára iným osobám a bytiu vôbec.

4.2.3 Chápanie osoby v súčasnej psychológii

O osobe sa hovorí v psychológii v rámci rôznych koncepcií teórií osobnosti. Všetky teórie riešia aspoň čiastočne tri základné otázky.[70]

A. Prvou otázkou je otázka individuálnej štruktúry. Hoci je človek indivíduum, už od staroveku sa nepochybuje o tom, že sú v ňom obsiahnuté rôzne psychické zložky.

Jeden smer sa pokúša stanoviť vnútornú štruktúru duše. Napríklad Aristoteles hovorí o vegetatívnej, animálnej a duchovnej duši.

Druhý smer vychádza z individuálnej jednoty. Túto jednotu, ako kontrastnú štruktúru, stavia do protikladu k „typickým rozdielom druhých ľudí“. Prvý smer sa nazýva teória vlastností a druhý smer situačná teória.

B. Druhá historická otázka znie: *„Od čoho je psychično závislé.“* V hľadaní odpovede sa skúma individuálne pletivo vzťahov ponímané ako systém telo-prostredie. Podľa neho je človek v područí troch základných závislostí.

Prvou je orgánová závislosť, ktorá je reprezentantom jeho individuálnej telesnosti.

Druhou je sociálna závislosť, ktorá podlieha trvalému vplyvu jeho bližšieho a vzdialenejšieho okolia.

Treťou je závislosť od riadenia, ktorá je chápaná rôzne, ale ktorou môže byť napríklad závislosť ja od transcendentálnych mocností, poprípade od vlastného vývoja a spôsobu zvládania života a konfliktov.

Pre výskum z toho vyplývajú tri kvalifikačné roviny indivídua: psychická jedinečnosť, rovnakosť v premene a dôstojnosť.

C. Tretia základná otázka sa orientuje na aktiváciu ľudských síl. Mnohí sa snažia bez úspechu zredukovať človeka na jeden mobilizačný princíp. Nasledujúce koncepcie sa dopĺňajú v relatívnej rivalite:

1. Energia, ako základná psychická sila, napríklad sila Ja.
2. Inštinkt, ako genetická mobilizácia, predovšetkým nevedomé „pudy“.

[70] Porov. BENESCH *Encyklopedický atlas psychologie,* s. 239.

3. Orientácia, ktorou je reflexívna pozornosť voči okoliu.
4. Charakter, ako zdedená reakčná pripravenosť v priebehu určitých „senzibilných“ fáz.
5. Entelechia, čo v antike znamenalo „účelné zameranie“ a dnes znamená sebarealizáciu.
6. Akvizícia, ktorou je celoživotné učenie.
7. Motivácia, o ktorej hovoria rôzne teórie motivácie.
8. Socializácia, ktorou je nenásilné zvykanie na kolektív a jeho budovanie.
9. Kognícia duchovného vývoja, čím sa myslí vytyčovanie životnej orientácie.
10. Homeostáza, ktorou je psychofyziologická dynamická rovnováha.

Po zvážení iba uvedených desiatich hlavných určení sa stane zrejmým obmedzené predpovedanie ľudských reakcií.

4.2.4 Zhrnutie

Franklovo chápanie osoby vychádza z trinitárneho chápania človeka (telo, duša, duch), na ktorého základe sa v súčasnej filozofii rozvinulo dnešné systémové chápanie osoby. Frankl, podobne ako súčasná filozofia, osobu chápe existenciálne, stavia na jedinečnosti človeka a osobu považuje za niečo, čo človeka transcenduje.

Frankovo chápanie osoby je blízke chápaniu, ktoré presadzuje dôstojnosť, slobodu a zodpovednosť každej ľudskej osoby. Frankl sa opiera o filozofiu, ktorá sa predovšetkým viaže na individuálnu ľudskú osobu a odmieta všetky filozofické smery, ktoré to popierajú. Napríklad od Frankla je vzdialená teória Schopenhauera, ktorý vidí v personálnom zjednotení človeka základnú prabolesť, ktorú možno prekonať len vzdaním sa vlastnej personality a vstupom do božskej Vševôle. Frankl je tiež vzdialený od chápania Hegla, ktorý chápe osobu len ako moment vo vývine absolútnej idey. Frankl je tiež vzdialený od učenia Nietzscheho o nadčloveku, ktoré je príkladom krajného individualizmu budovaného výhradne na biologickej báze, ktorému sa musí podriadiť aj personálnosť človeka.[71]

Čo sa týka súčasnej psychológie osobnosti, možno nájsť vyjadrenie obdobné Franklovi, keď sa hovorí o sebarealizácii, o duchovných výbojoch alebo o vytyčovaní životnej orientácie ako o mobilizačných princípoch u človeka.

[71] Porov. LETZ *Filozofická antropológia,* s. 59.

4.3 Franklovo chápanie slobody a zodpovednosti

Sloboda a zodpovednosť vo Franklovom diele navzájom súvisia. Frankl často hovoril Američanom, že oproti Soche slobody mali postaviť Sochu zodpovednosti.[72]

4.3.1 Sloboda

Niektoré filozofické smery slobodu popierajú. Človek sa podľa nich cíti a prežíva tak, ako by bol slobodný, v skutočnosti ale podlieha sebaklamu a slobodný nie je. Iní filozofi, naopak, tvrdia, že človek slobodný je. Frankl zastáva názor, že človek má slobodu a tento názor o slobode nie je pre neho iba teoretickou otázkou, ale predovšetkým ide o konkrétne konanie tu a teraz. Človek je človekom práve svojou slobodou, ktorá prináleží človeku bytostne.[73]

Znehodnotenie ja

Pod vplyvom ťažkých udalostí z koncentračného tábora píše Frankl o znehodnotení vlastného ja. Zažil situácie, v ktorých je u človeka znehodnotené takmer všetko, čo nesúvisí bezprostredne s udržaním si vlastného života a so životom najbližších. Ja človeka je znehodnotené pod silnou sugesciou okolitého sveta, v ktorom sa vytratila hodnota ľudského života a dôstojnosť ľudskej osoby – jedinec je výlučný objekt vôle ostatných, ktorá z neho chce dostať ešte posledný zvyšok fyzickej sily. Ak sa tomu človek, s krajným vzopätím zmyslu pre vlastnú dôstojnosť, nevzoprie, stráca cit pre to, že je ešte subjektom, že je duchovnou bytosťou s nejakou vnútornou slobodou a osobnou hodnotou, stráca myslenie a vôľu, je iba prvkom masy.[74]

Otázka slobody v extrémnych situáciách

Frankl si dáva otázku, či existuje ľudská sloboda. Myslí tým duchovnú slobodu, slobodu v tom, ako sa človek správa, aký postoj k daným podmienkam svojho okolia zaujme. Uvažuje, či jedinec nie je produktom rôznych

[72] Porov. SKLENKA Psychoterapia objavuje ducha. *Listy,* s. 10.
[73] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 128-133 (čes. vyd.: s. 111-115).
[74] Porov. FRANKL *...trotzdem Ja zum Leben sagen,* s. 83-84 (čes. vyd.: s. 49).

určení a podmienenností, či už biologického, psychologického alebo sociologického rázu, či nie je iba náhodným výsledkom svojej telesnej konštitúcie, charakterovej dispozície a spoločenskej situácie. V zvláštnych a sociálne determinujúcich podmienkach v tábore bolo veľmi ťažko nepodľahnúť silným vplyvom prostredia.[75]

Sloboda je príležitosť usporiadať svoj život zmysluplne

Frankl hovorí, že ľudia, ktorí v tábore vydávali svedectvo o vnútornej slobode človeka, dali dôkaz toho, že naozajstné utrpenie je vnútorný výkon, a táto *„duchovná sloboda, ktorú nemožno až do posledného okamihu života vziať, dáva človeku príležitosť usporiadať svoj život zmysluplne.“*[76]

Rozhoduje vždy človek

V každom prípade ostáva človeku sloboda a možnosť rozhodnúť sa pre vplyv prostredia alebo proti nemu.[77] Človek je bytosť, ktorá vždy rozhoduje. Rozhoduje o tom, čím on sám v najbližšom okamihu bude. *„To, čo rozhoduje, je vždy človek.“*[78]

Osobnosť jedinca je „nepredpovedateľná“

Každá ľudská bytosť má možnosť v každom okamihu sa zmeniť. Sloboda ku zmene existuje. *„Mimo rámec rozsiahleho štatistického prehľadu, ktorý sa vzťahuje na celú skupinu, nikdy nemožno predvídať budúcnosť nejakej ľudskej bytosti. Vlastná osobnosť jedinca je v podstate nepredpovedateľná. Základ všetkých predikcií by predstavovali biologické, psychologické či soci-*

[75] Porov. *ibid,* s. 107 (s. 63).
[76] *„...die geistige Freiheit des Menschen, die man ihm zum letzten Atemzug nicht nehmen kann, läßt ihn auch noch bis zum letzten Atenzug Gelegenheit finden, sein Leben sinnvoll zu gestalten...“ Ibid,* s. 109 (s. 64). Podobne ako Frankl, aj Solženicyn v svojom diele *Jeden deň Ivana Denisoviča* popisuje ťažký život v bývalých sovietskych pracovných táboroch, kde sa ťažko pracovalo na stavbe v mrazivej sibírskej zime a kde sa bojovalo o holé prežitie. Poukazuje na tých, ktorí si dokázali uchovať svoje ľudstvo aj v týchto najkrutejších podmienkach. (Porov. SOLŽENICYN A. *Jeden den Ivana Děnisoviče*. Přel. S. Machonin. Praha: Nakladatelství politické literatury, 1963 alebo porov. PROKOP *Čítanka k Přehledu světové literatúry 20. století,* s. 65).
[77] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 109 (čes. vyd.: s. 103).
[78] *„Das Entscheidende ist immer der Mensch.“ Ibid,* s. 247 (s. 224).

álne vplyvy. Jedným z hlavných rysov ľudskej existencie však je schopnosť vynoriť sa zo všetkých týchto podmienok a povzniesť sa nad ne – transcendovať ich.“[79]

4.3.2 Námietky proti slobode

Frankl rieši otázku determinácie človeka v súvislosti s takzvaným biologickým, psychologickým a sociologickým osudom. Hovorí, že len ten, kto považuje svoj osud za spečatený, nie je schopný ho premôcť.[80]

Sloboda voči okoliu

Frankl píše, že aj zvonku i zvnútra, v zdanlivo absolútne vnútenej situácii existuje zvyšok duchovnej slobody, slobodného postoja nášho ja k okoliu. Všetci väzni sa v rovnakých telesných a spoločenských podmienkach (napríklad trpeli rovnakým nedostatkom kalórií v potrave alebo trpeli rovnakým spánkovým deficitom) mali možnosť rozhodnúť, či z nich bude *„typický koncentráčnik“*[81] (apatický, podráždený, olúpený o vnútornú slobodu, ako loptička na hranie pre iných), alebo nie.[82] Väzeň nikdy nestratil slobodu zaujať postoj v konkrétnej situácii, iba sa jej vzdal. Slobodu človek nemá ako niečo, čo môže stratiť, ale sloboda „som ja“.[83]

Sociálna a ekonomická situácia

Materiálna a ekonomická sféra, v ktorej sa človek nachádza, je niečím osudovým mimo človeka. Ide o ekonomickú situáciu človeka a o sociálnu situáciu, tak ako ju chápe sociologizmus. Historický materializmus tvrdí, že materiálne vzťahy, spoločenské postavenie určujú bytie človeka a jednoznačne určujú jeho vedomie. Pravdou je, že sociálne okolie ovplyvňuje jedinca, ale nemá až takú charakterotvornú silu, aby bol od neho človek úplne závislý a ním ovládaný. Marxizmus tvrdí, že vonkajšie, hospodárske a spoločenské

[79] FRANKL Dynamika a hodnoty. *Československá psychologie,* s. 543.
[80] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 96-105 (čes. vyd.: s. 91-99).
[81] *„...typischen Lagerhäftling...“* FRANKL *...trotzdem Ja zum Leben sagen,* s. 108 (čes. vyd.: s. 64).
[82] Porov. *ibid,* s. 107-108 (s. 63-64).
[83] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 218.

vzťahy ovládajú vedomie jedinca, ale že toto ovplyvňovanie nie je jednostranné, ale že existuje aj spätné pôsobenie na spoločenské bytie. Medzi indivíduom a spoločnosťou existuje dialektický vzťah, lebo iba zaistená individualita indivíduí v spoločnosti zaisťuje jej zmysel.[84]

Sloboda voči charakteru a pudom

Pacientovi, ktorý pri terapii hovorí, že nemá dostatočne pevnú vôľu nutnú na vykonanie toho či onoho, a ktorý hovorí, že žiadna slobodná vôľa neexistuje, patrí odpoveď, že keď si pred seba postaví cieľ, nebude sa nikdy sťažovať, že mu chýba vôľa. Kde je totiž cieľ, tam je aj vôľa. Človek s fatalistickým postojom môže vidieť svoje charakterové vlastnosti ako osud a nemennú danosť. Čo na sebe zistí, toho sa drží, uspokojí sa s tým a považuje to za nemenné. Osud môžeme vidieť aj v pudovom základe, v tom, že sa mu človek nemôže vymaniť. Človek má však pudy, a nie pudy človeka. Človek má stále slobodu pudom odporovať a vzdorovať. Pri terapiách pomáha otázka: „Má si človek nechať všetko dovoliť od samého seba?“ Akákoľvek podmienenosť, či už dedičná, hormonálna, alebo iná je u človeka nepochybne veľká, ale nie všemohúca. Človek sa stal duchovne unaveným a akoby sa najradšej svojej duchovnosti a slobody zbavil. Má však pochopiť, že má tiež ducha, slobodu a zodpovednosť. Človeka treba oslobodiť a priviesť k tomu, aby bol slobodný a zodpovedný a v psychoterapii je potrebné robiť ducha spojencom pri uzdravovaní duše. Človek stojí nad všetkou podmienenosťou vďaka sile ducha, ktorý má schopnosť odporovať.[85]

Sloboda a vlohy

Vlohy sú biologické dispozície, v ktorých sú zahrnuté aj dispozície rodinné, národnostné a charakterové. Všetky vlohy sú osudové a vymykajú sa ako také už vopred slobode jedinca a jeho zodpovednosti, ale sú to iba možnosti, ktorých uskutočnenie sa realizuje aktom osobného rozhodnutia. Vlohy sú hodnotovo neutrálne a až ich uskutočnením sa z nich stáva cnosť alebo nerest'.[86]

Človek má slobodu a silu vzdorovať. Jednovaječné dvojčatá majú rovnaké vlohy a vyrastú z nich rozdielne osoby, lebo ich život stvárňujú konkrétne

[84] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 92-96 (čes. vyd.: s. 66-68).
[85] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 128-133 (čes. vyd.: s. 111-115).
[86] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 96 (čes. vyd.: s. 69).

slobodné rozhodnutia. Dedičné vlohy samy nepredstavujú žiadnu hodnotu. Jedinec z nich musí až v priebehu života vytvoriť nejakú, viac či menej, cennú vlastnosť. Žiadne okolie, ani to najextrémnejšie, nepredurčuje jednoznačne človeka. V tábore prežil Frankl veľmi ťažké podmienky, napriek ktorým si ľudia dokázali zachovať slobodu v rozhodovaní. Záleží pravdaže stále na postoji a motivácii.[87]

Človek má sklon k fatalizmu vtedy, keď prežíva úplnú závislosť od svojich vlôh a od prostredia. Vlohy meniť nemožno, prostredie iba čiastočne a sotva okamžite. Vlohy a prostredie človeku vytvárajú priestor, v ktorého rámci sa však môže voľne pohybovať.[88]

Psychologická danosť

Osud človeka sa prejavuje popri biologickej a sociálnej danosti aj v psychologickej. Psychologický osud je vo Freudovom chápaní ono, ktoré sa stavia na odpor ja a berie mu slobodu. Ono poháňa ja, teda sa ja stáva v psychologickom slova zmysle objektom. Nakoniec to vedie k tomu, že akoby ja bolo vybudované z pudov. Proti tejto psychoanalytickej koncepcii ľudského bytia „byť hnaný" je postavené Jaspersovo chápanie bytia ako „bytia, ktoré sa rozhoduje", ktoré ešte úplne „nie je", ale ktoré sa práve teraz rozhoduje, „čím o okamih bude". Je to chápanie bytia ako „byť zodpovedným" na základe slobodnej voľby človeka. Vzťah medzi slobodou a zodpovednosťou je v tom, že sloboda nie je slobodou od niečoho, ale slobodou k niečomu. Prevzatie zodpovednosti je práve to, „k čomu" je človek slobodný. Tak stojí proti Freudovej psychoanalýze analýza „byť človekom" vzhľadom na „byť zodpovedným". Spôsob bytia, ktoré má základ v „byť zodpovedný" sa nazýva existencia.[89] Sloboda je v takomto ponímaní integrálna, lebo aj tam, kde je jedinec „hnaný", mu sloboda ostáva, lebo on je ten, ktorý sa hnať necháva. Vzdanie sa slobody je dobrovoľné: vzdanie sa – abdikácia „Ja" voči „ono" je dobrovoľné.[90]

[87] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 164-168 (čes. vyd.: s. 136-140).
[88] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 221-222.
[89] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 101-102 (čes. vyd.: s. 72).
[90] Porov. *ibid,* s. 102 (s. 72-73).

Naturalistický biologizmus a sociologizmus

Naturalistický biologizmus napríklad tvrdí, že nejaký človek je typickým „astenikom" alebo „atletikom" a iným byť nemôže. V sociologizme je napríklad nejaký človek typickým „kapitalistom" alebo „malomeštiakom" a iným byť nemôže. Typ človeka nedeterminuje nevyhnutne jeho správanie. Človek je bytosť, ktorá rozhoduje sama o sebe.[91]

4.3.3 Zodpovednosť

Človek je slobodný preto, aby bol zodpovedný

„Človek je slobodný na to, aby bol zodpovedný, a je zodpovedný za uskutočňovanie zmyslu svojho života, za logos svojej existencie." Logos je svet zmyslu a hodnôt, je objektívnym korelátom subjektívneho fenoménu, nazývaného ľudská existencia.[92]

Dialektický vzťah slobody a osudu[93]

K človeku patrí jeho osud tak, ako k nemu patrí zem. Človek má mať k svojmu osudu rovnaký postoj ako k zemi. K zemi púta človeka príťažlivosť, bez ktorej by bola jeho chôdza nemožná. Sloboda je zase nemožná bez osudu, lebo sloboda môže byť slobodou len vo vzťahu k nejakému osudu. Ide o slobodné správanie vo vzťahu k osudu. Človek, aj keď je slobodný, nevznáša sa voľne vo vzduchoprázdnom priestore, ale nachádza sa uprostred množstva väzieb. Tieto väzby sú pre slobodu východiskové. Sloboda predpokladá väzby, je na ne odkázaná. Tieto väzby ale neznamenajú žiadnu závislosť. Zem, po ktorej človek kráča, je už v chôdzi transcendovaná a je pre človeka zemou iba do tej miery, pokiaľ je transcendovaná, pokiaľ je bázou pre odraz. Keby sme chceli človeka definovať, museli by sme ho určiť ako takú bytosť, ktorá sa oslobodzuje od toho, čím je určená (biologicko-psychologicko-sociologicky), teda takú bytosť, ktorá transcenduje všetky svoje určenosti tým, že ich prekonáva alebo utvára, a to i vtedy, keď sa im podrobuje.

[91] Porov. *ibid,* s. 88-90 (s. 64-65).
[92] Porov. FRANKL Dynamika a hodnoty. *Československá psychologie,* s. 545.
[93] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 217.

Táto paradoxnosť odráža dialektický charakter človeka, ku ktorého podstatným znakom patrí večná neuzavrenosť a jeho podriadenosť vlastným úlohám, ktorého skutočnosťou je možnosť a jeho bytím je to, čo človek môže. Človek nie je nikdy vyčerpaný svojou fakticitou. Byť človekom teda neznamená byť fakticky, ale byť fakultatívne.

Ľudská existencia znamená byť zodpovedným, pretože podstata človeka spočíva v tom, že je slobodným. Je to bytie, ktoré, ako hovorí Jaspers, vždy rozhoduje, čím je. Je to rozhodujúce bytie. Je totiž existenciou, a nielen tým, že je k dispozícii. Stôl, ktorý tu stojí, je a zostane taký, ako teraz je. Človek, ktorý však sedí za stolom, rozhoduje napríklad o tom, čím je, čo povie alebo čo zamlčí.

Základná otázka zodpovednosti

Ak sa spýtame: „Čo je človek?“ Odpoveďou je: „Človek je stále ten, čo rozhoduje, je bytosť, ktorá stále rozhoduje.“ Ak sa spýtame ďalej: „A o čom človek rozhoduje?“ Odpoveďou je: „O tom, čím v najbližšom okamihu bude.“[94]

Byť zodpovedným je ľudské

Človek zakúša prapôvodnú skutočnosť, že ľudské byť je byť zodpovedným. Zodpovednosť je niečo, čo vyrastá z konkrétnosti osoby a situácie a vzrastá s touto konkrétnosťou. Veľkosť zodpovednosti je daná jedinečnosťou osoby a jedinečnosťou situácie. Jedinečnosť je pre zmysel života konštitučná. Pri odpovedi na zmysel života je človek odkázaný na samého seba. Život sa človeka pýta, človek má dať životu odpoveď.[95]

Napríklad ani lekár nemôže z chorého vziať jeho vlastnú zodpovednosť alebo ju nechať na seba zvaliť, nesmie nikdy anticipovať rozhodnutie alebo ho nanucovať. Naopak, úlohou existenciálnej analýzy je priviesť človeka tam, kde sa zo svojej vlastnej uvedomelej zodpovednosti prediera k najvlastnejším úlohám a nachádza už nie anonymný, ale práve naopak, jedinečný zmysel svojho života. [96]

[94] Porov. *ibid,* s. 218.
[95] Porov. *ibid,* s. 245-247.
[96] Porov. *ibid,* s. 218.

Paradoxnosť zodpovednosti

Zodpovednosť je niečo, k čomu je človek ťahaný a od čoho sa zároveň odťahuje. V človeku existujú protikladné sily, ktoré sa ho pokúšajú zdržať pred tým, aby prevzal zodpovednosť, ktorá patrí k jeho podstate. Hĺbka zodpovednosti je niečo hrozné a nádherné zároveň. Hrozné je vedieť, že v každom okamihu je človekom nesená zodpovednosť za nasledujúci okamih, že každé rozhodnutie je rozhodnutie pre „večnosť“, že v každom okamihu ide o stratu alebo aj o uskutočnenie nejakej neopakovateľnej možnosti, pričom sa ostatné možnosti rozhodnutím strácajú a na celú „večnosť“ odsudzujú k nebytiu. Nádherné je vedomie, že budúcnosť človeka, či už vlastná, alebo vecí a ľudí okolo, závisí v nejakej miere v danom okamihu od rozhodnutia jedinca, ktorým môže „zachraňovať do skutočnosti“ a pred pominuteľnosťou.[97]

Zodpovednosť „pred kým?“

Ak možno definovať ľudské bytie ako zodpovednosť, potom je človek zodpovedný za splnenie nejakého zmyslu. Otázku *„pred kým je potrebné byť zodpovedný“* si musí zodpovedať človek sám. Človek sám musí interpretovať, či je to zodpovednosť pred spoločnosťou, pred ľudstvom, pred svedomím, alebo pred božstvom.[98] Mimochodom, keď sa hovorí o božstve, je iba otáznym, či možno vôbec hovoriť o Ňom alebo či nie je skôr možné hovoriť s Ním. *„O kom nemôžeme hovoriť, k tomu sa musíme modliť.“*[99]

[97] Porov. *ibid,* s. 216.
[98] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 220 (čes. vyd.: s. 197).
[99] *„...von dem man nicht sprechen kann, zu dem muß man beten.“ Ibid,* s. 220 (s. 229). Na tomto mieste cituje Frankl Ludwiga Wittgensteina. Treba dodať, že vzťah zodpovednosti jedinca k druhému človeku rieši aj filozofia. Weischedel hovorí, že zo základného postoja zodpovednosti plynie bezprostredne etický postoj solidarity, lebo zodpovednosť sa sama zo seba rozvíja ku spoluzodpovednosti. K solidarite patrí, že človek neberie ohľad na seba a že je pre neho dôležitejší blížny ako vlastné ja. Ďalej hovorí, že so solidaritou je úzko spojená spravodlivosť. Jej bytnosťou je, že sa so všetkými ľuďmi zaobchádza rovnako a že nikto nemá prednosť pred druhými. Ak sa ale prihliadne na rôznosť dispozícií a nadania, potom spravodlivosť nesmie viesť k prázdnemu rovnostárstvu. A ďalej spravodlivosť vedie k postoju vernosti. Obsahuje v sebe moment spoľahlivosti, na ktorej sa zakladá stabilita každej spoločnosti. Vernosť je viac ako spoľahlivosť, je aktívnym postojom, znamená to pevne sa držať náklonnosti k druhému, aj keď ten to činí neľahkým. (Porov. WEISCHEDEL *Skeptická etika,* s. 161-163).

Zodpovednosť za druhých a zmysel života

Pocit zodpovednosti za druhých je spojený so zmyslom života. Dnes sa ľudia obracajú na psychológov s pochybnosťami o zmysle života alebo v stave zúfalstva z toho, že žiadny zmysel nemajú. Nikto by sa však nesťažoval na chýbajúci zmysel života, keby cítil zodpovednosť za druhých, keby si rozšíril horizont, aby videl, že zatiaľ čo sa on teší z blahobytu, mnohí žijú v núdzi, a že zatiaľ čo on žije v slobode, mnohí takto žiť nemôžu. Ak verí ľudstvo už tisíce rokov v jedného Boha, kde je potom vedomie ľudskosti, vedomie jednoty ľudstva, jednoty, ktorá zjednocuje ľudí rozličnej farby pleti alebo strany, vedomie monanthropismu?[100]

Rozdiel medzi byť zodpovedný a byť slobodný

„Je rozdiel medzi byť zodpovedný a byť slobodný.“ Objasňuje to protiklad viny a svojvôle. Svojvôľa je sloboda bez zodpovednosti. Vina je byť zodpovedný bez toho, aby existovala sloboda zvrátenia a odstránenia skutočnosti. Potom záleží na správnom zameraní. Správny postoj voči vine je ľútosť. Ľútosť nemôže zvrátiť to, čo sa stalo a čím sa jedinec previnil, ale môže to aspoň v morálnej rovine napraviť.[101]

[100] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 97. Frankl sa takto vyjadruje v súvislosti s hovorením o budúcnosti náboženstva. Hovoril, že súčasný človek sa neodkláňa od náboženstva, ale skôr od tých konfesií, ktoré proti sebe navzájom bojujú a vábia veriacich z iných konfesií. V budúcnosti sa nedospeje k jednému univerzálnemu náboženstvu, ale k čo najviac personálnemu náboženstvu, v ktorom sa každý môže na Boha obrátiť svojím osobným, jedinečným a neopakovateľným jazykom. Toto neznamená, že by neboli dané nejaké spoločné rituály a symboly, lebo tak, ako vo veľkom počte jazykov existuje nejaká spoločná abeceda, v ktorej sa stretávajú, tak sa v rôznosti tiež stretávajú rozdielne náboženstvá. Nikto nemôže povedať, že jeho reč je pre toho druhého nepredstaviteľná. Ako môže človek v každom jazyku dospieť k pravde, omylu alebo i klamať, tak môže pomocou tohto média každé náboženstvo nájsť Boha, jedného Boha.

[101] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 216.

5. Franklov pohľad na niektoré ochorenia a problémy

Frankl, v duchu svojho myslenia, rieši aj rôzne iné otázky, ktoré súvisia s potrebou zmyslu. Je vhodné ich aspoň v krátkosti pre úplnosť spomenúť. Pri pohľade na ochorenia a iné problémy, aplikuje Frankl svoj pohľad na človeka, pričom niekedy spochybňuje a vyvracia zaužívané myslenie a navrhuje iné pohľady, postupy a terapie.

5.1 Systém ochorení

Kritériá rozdelenia ochorení

Ochorenia človeka sa rozlišujú podľa dvoch kritérií. Jedným je symptomatika či fenomenológia, teda chorobné prejavy a príznaky. Druhým je etiológia ochorenia, teda to, ako vznikajú. Potom možno rozdeliť ochorenia na tie, ktoré sa prejavujú psychicky, a na tie, ktoré sa prejavujú telesne. Obidva typy ochorení môžu mať príčinu tak somatogénnu, ako aj psychogénnu. Rozdelenie chorôb je prehľadne znázornené v nasledujúcej tabuľke.[1]

Tabuľka rozdelenia chorôb

choroby		**chorobné prejavy, príznaky, symptómy, fenomenológia**	
		fenopsychické	**fenosomatické**
ako vznikajú, etiológia	somatogénne	psychóza	choroba v bežnom slova zmysle
	psychogénne	psychoneuróza	orgánová neuróza

[1] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 43-44 (čes. vyd.: s. 32-33).

Tri dimenzie choroby

Psychické a somatické u človeka tvorí vnútornú jednotu, psychosomatickú jednotu bytosti zvanej človek. Hoci je u človeka telesné a duševné vzájomne prepojené, sú to podstatne odlišné spôsoby bytia. Každá choroba – v navzájom sa meniacom pomere – môže vykazovať obe zložky: somatogénnu aj psychogénnu. Znázorňuje to takzvaná *„príčinná špirála“*, na ktorej základe možno v konkrétnom jednotlivom prípade spoznať, kde kruhový dej začal – či v duševnej, alebo telesnej oblasti, a to aj v tom prípade, keby neskôr došlo k vzájomnému podmieneniu psychického a somatického. Do tohoto procesu vstupuje ešte tretia, duchovná dimenzia, ktorá patrí k plnému človečenstvu. Človek sa stáva človekom až v duchovných činoch, ktorými sa dvíha zo somatopsychickej roviny do dimenzie duchovnej.[2]

5.1.1 Psychózy

Psychóza nemá príčinu duševnú, ako je to u neuróz, ale telesnú, čo je rozvedené na príklade endogénnej depresie. Medzi psychózami sú dve najdôležitejšie formy: mániodepresivita a schizofrénia.[3]

5.1.1.1 Endogénna psychóza

Vzťah medzi účinkom a príčinou

Na príklade endogénnej psychózy sa snaží Frankl vysvetliť vzťah medzi účinkom a príčinou, ktorý nemusí byť úplne jednoduchý: *„...skutočnosť, že sa psychické traumy a komplexy vôbec vynárajú, alebo že niekto nezvláda svoje konflikty, patrí do oblasti symptomatiky danej psychózy, nie však do jej etiológie.“* Rovnako ako odliv nie je spôsobený útesom, ktorý sa v jeho priebehu vynára, tak ani psychóza nie je spôsobená psychickou traumou, komplexom alebo konfliktom.[4]

[2] Porov. *ibid,* s. 45-50 (s. 33-37).
[3] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 99 (čes. vyd.: s. 89).
[4] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 52-53 (čes. vyd.: s. 38-39).

Pátranie po zmysle

Po etiológii a patogenéze prichádza Frankl k interpretácii a k pátraniu po zmysle ochorenia. Ide o zmysel ochorenia tak pre lekára, ako aj pre samotného pacienta. Podľa nášho názoru má psychóza skutočne zmysel aj pre pacienta. Nie je však obsiahnutý v psychóze samotnej, ale je jej dávaný, prideľovaný práve pacientom samotným. Je to chorý, kto musí svojej chorobe dať zmysel. Najprv ho však musí hľadať, musí po ňom pátrať.[5]

Objektivizácia chorobného diania

Logoterapia u psychóz má dbať na dve veci. Rovnako, ako psychoterapia neuróz, musí viesť pacienta k tomu, aby si chorobné dianie objektivizoval a sám sa od neho dištancoval, a pacient sa má naučiť hľadieť do tváre faktom, ako sú úzkosť a nutkanie – a do tváre sa im vysmiať (metóda paradoxnej intencie).[6]

Subjektivizácia chorobného diania

Logoterapia u psychóz však musí zaistiť ešte niečo naviac. Musí nielen objektivizovať, ale má chorobné dianie nechať subjektivizovať. Musí nabádať pacienta k tomu, aby mu vtisol ráz a odtlačok svojej osobnosti, aby si svoju psychózu privlastnil. Jedným slovom, musíme dbať na to, aby dospel k vyrovnaniu medzi tým, čo je v chorobe ľudské, a tým, čo je v človeku choré.[7]

5.1.1.2 Mániodepresivita[8]

Mániodepresivita je stav, v ktorom je jedinec striedavo v stavoch mánie alebo depresie, melanchólie. Medzi týmito stavmi sa môžu vyskytovať pre-

[5] Porov. *ibid,* s. 59 (s. 43). Tymieniecká, podobne ako Grof, hovorí, že pátranie po zmysle a význame života sa prejavuje u časti pacientov, ktorých konvenčná materialisticky a mechanisticky založená psychiatria označuje nálepkou schizofrénie. Úlohou terapie je pomôcť týmto senzibilným ľuďom existenciálne sa orientovať, nie utlmovať ich liekmi. Túžba po zmysluplnosti nie je bláznovstvom. Je prirodzené snažiť sa prekročiť rámec všedného života. (Porov. MERHAUT, B. Smysl života. *Český zápas,* 1993, roč. 73, č. 16, s. 4).
[6] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 62-63 (čes. vyd.: s. 46).
[7] Porov. *ibid.*
[8] Porov. *ibid,* s. 99-104 (s. 89-93).

stávky. Niekedy sú zmeny periodické a pravidelné, inokedy sa vyskytnú iba raz. Melanchólia je náladový stav, predovšetkým smutné rozpoloženie. Tento blud je skôr chorobou mysle ako duševnou chorobou. Týka sa to aj stavu mánie, stavu prehnanej životnej radosti, prehnanej tvorivosti a chorobného preceňovania. Človek v mánii nemôže za to, čo robí, preto ho treba chrániť pred nerozumnosťami, napríklad aby nepremárnil peniaze.

Obraz choroby

Pacient v melanchólii neverí optimistickej predpovedi o jeho liečbe, lebo k obrazu jeho choroby patrí skepsa a pesimizmus. K obrazu melanchólie patrí to, že žiadne racionálne dôvody a argumenty nepomáhajú a neexistuje žiadny vonkajší a vnútorný popud, ktorý by stav vysvetľoval. Pacient má na začiatku depresií sklon robiť si z malicherných dôvodov najprudšie výčitky. Na rozdiel od hysterika alebo depresívneho neurotika pacient z utrpenia nechce vytĺcť kapitál alebo hľadať prospech tým, že bude okolie tyranizovať, vymýšľať si zámienky, aby sa vyhol povinnostiam. Naopak, skôr narieka, že je okoliu na ťarchu, že sa o neho musia starať a že nie je hodný toho, aby žil a bol ošetrovaný – už aj preto nie, že si myslí, že vôbec nie je chorý. Ak mu potvrdíme, že chorý nie je, aby sme ho potešili alebo dodali odvahy, jeho výčitky sa prehĺbia a môžeme mu uškodiť.

Terapia

Terapia vychádza z toho, že každá psychóza, tak ako mánio-depresívny blud, nemá príčinu duševnú, ale telesnú. Terapia začína správnou diagnózou. Diagnózu môže rozpoznať iba odborník, ktorý je schopný rozpoznať aj atypické prípady, keď do popredia nevystupuje smútok, ale celkový útlm a úzkostný stav a ktorý je schopný odhadnúť, či nehrozí samovražda. Ak pre pacienta hrozí nebezpečenstvo, treba ho liečiť v nemocnici. Pri liečbe sa postupuje chemicky – liekmi, prípadne fyzikálne – elektrickými šokmi. Dôležitá je psychoterapia, ktorá je zameraná na dôveru v uzdravenie a trpezlivosť so sebou samým a ktorá vedie pacienta k chápaniu, že tak, ako mrak zatieňuje slnko, tak mu jeho chorá myseľ zatieňuje zmysel a hodnotu bytia, takže ani vo svete a ani v sebe samom nenachádza nič, čo by dávalo jeho životu zmysel. Psychoterapia nakoniec privádza pacienta k optimizmu, že táto slepota prejde.

5.1.1.3 Schizofrénia[9]

Schizofrénia je zozštiepenie mysle a vedomia, nie však rozštiepenie osobnosti. V psychiatrii sa rozlišujú tri typy: hebefrénia, katatónia a najdôležitejšia paranoidná schizofrénia.

Hebefrénia a katatónia

Hebefrénny typ sa vyznačuje skorým začiatkom a pomalým priebehom. Katatónia sa vyznačuje bludom napätia, ktorý sa objavuje v pomerne aktuálnej forme. Rýchlo prichádza, rýchlo odznieva a môže sa zasa objaviť po rokoch. Spôsobuje stav zábrany a blokády, keď sa pacient nemôže pohnúť, leží, sedí alebo stojí úplne stuhnutý. Je nemý alebo iba zriedka odpovedá. Blokáda môže byť náhle prerušená stavom podráždenia.

Paranoidná schizofrénia

Paranoidná schizofrénia začína tvorením bludu, obyčajne vzťahovačnosti a sebapozorovania, ktorý vedie k bludu prenasledovania. V blude pacient vzťahuje bezvýznamné udalosti na seba samého, cíti sa prenasledovaný nepriateľom, pričom stále hľadá u svojich domnelých nepriateľov nejaké súvislosti. Objavujú sa aj halucinácie, predovšetkým sluchové – hlasy, ktoré sa posmievajú alebo rozkazujú pacientovi; ďalej halucinácie telesných pocitov – pacient je napríklad ožarovaný vlnami alebo žiarením od nepriateľov. Pacient si sťažuje, že jeho myšlienky a vôľa nie sú jeho. Snaží sa svoje stavy vysvetľovať, že je napríklad zhypnotizovaný alebo posadnutý zlým duchom. Tieto stavy sú pre pacienta mučivé a pre okolie nebezpečné. U schizofrenika sa môže nakoniec vyvinúť úplné šialenstvo.

Terapia

V liečbe schizofrénie je veľmi dôležitá psychoterapia, v ktorej sa berie do úvahy dedičný faktor, ale pracuje sa tak, akoby žiadny nebol a ako možnosti ovplyvnenia duše boli nekonečné. Potom môže byť svedomie terapeuta pokojné, lebo vyčerpal všetko. Je potrebné sústrediť sa na to, čo ostalo ešte zdravé, a spoločne s pacientom bojovať proti chorobe. Vedením k sebadôvere sa dá zabrániť tomu, aby k vrodenej schizofrénii došlo. Pacientovi, ktorému

[9] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 105-110 (čes. vyd.: s. 94-97).

sa už pomôcť nedá, ktorý je už v ruinách a ktorý stratil akúkoľvek užitočnú hodnotu, nemožno odoprieť úctu a dôstojnosť.

5.1.2 Psychosomatické ochorenia[10]

Kritika americkej a nemeckej psychosomatiky

Frankl kritizuje americkú a nemeckú psychosomatiku. Hovorí: *„Predovšetkým tri veci v nás musia vyvolávať pochybnosti a kritický postoj voči americkej psychosomatike:*

1. priveľmi sa spolieha na štatistické výskumné štúdie,
2. priveľmi sa spolieha na výsledky testov,
3. *priveľmi sa obmedzuje na psychoanalytický spôsob interpretácie.“*

Nemecká psychosomatika pozerá na príbeh choroby iba z hľadiska príbehu života. Každá podrobnosť chorobného diania je podľa tohto určená životnou históriou, takže by bolo celkom vhodné hovoriť o *„biografickom determinizme“*. Jedným slovom, ochorie len ten, kto sa trápi.

Zmysel utrpenia

Frankl však má skúsenosť, že v zdravom tele môže prebývať aj chorý duch, rovnako ako môže uviesť dôkazy, že naopak v chorom tele môže prebývať zdravý duch. S istotou platí, že všetko, teda aj každá choroba, má nejaký zmysel. Tento zmysel však nie je tam, kde ho hľadá psychosomatický výskum. Je to až chorý, ktorý dáva svojej chorobe zmysel, a to vtedy, keď sa s ňou vyrovnáva ako s osudovou záležitosťou – keď sa sám, ako duchovná osoba, vyrovnáva s chorobou ako s postihnutím psychofyzického organizmu. *„Nie v tom, ‚že' trpí, ale v tom, ‚ako' trpí, spočíva zmysel utrpenia.“*

5.1.3 Funkčné ochorenia

Popri psychickom účinku na somatickú oblasť existuje aj opačný vzťah, keď sa somatický účinok odráža v psychike, teda ide o *„psychický účinok somatických príčin.“* Obraz choroby je podobný neuróze. Toto somatogénne ochorenie sa nazýva pseudoneuróza. Jednotlivé typy pseudoneuróz sú: basedowoidné, addisonoidné a tetenoidné.[11]

5.1.4 Reaktívne neurózy[12]

Reaktívne neurózy sú neurózami iba v širšom slova zmysle. U somatogénnych pseudoneuróz ide o psychický účinok somatických príčin. Tieto účinky vyvolávajú ďalšie psychické reakcie – neurotické reakcie. Neurotické reakcie sú rôzneho druhu, ale spoločným menovateľom je anticipačná úzkosť, ktorá sa viaže na prechodný, a tým aj neškodný príznak a činí ho tak stredom pacientovej pozornosti.

5.1.4.1 Úzkostné neurotické vzorce

Úzkostný neurotik má úzkostné očakávanie, že záchvat úzkosti, ktorý už raz mal, sa objaví znova. Môže sa tiež objaviť hanba zo strachu. Mechanizmom všetkých úzkostných neuróz je strach zo strachu. Agerofobik vykazuje symptómy zvýšenej funkcie štítnej žľazy a zároveň trpí zvýšenou dráždivosťou jedného z dvoch vegetatívnych nervových systémov – sympatika. Podráždenosť sympatika prináša náchylnosť ku strachu, pričom tento strach zároveň spôsobuje podráždenosť sympatika. To, že jedinec trpí vrodenou zvýšenou dráždivosťou sympatika, ešte nie je neuróza. Otáznym teda ostáva, čo je príčina a čo následok. Je možno pozorovať mechanizmus takzvaného strachu zo strachu. Ak má niekto sklon k poteniu, začne sa pri stretnutí s nadriadeným báť toho, že sa mu začne potiť ruka a na základe tohto strachu sa mu ruka začne skutočne potiť. Má negatívnu skúsenosť a potí sa zo strachu z potenia. Nakoniec sa bojí toho, že sa začne báť, a tak sa dostáva do uzavretého kruhu, lebo platí, že obava je matkou udalosti tak, ako prianie otcom myšlienky.

Terapia

Úzkostný neurotik sa dokáže vytrhnúť zo začarovaného kruhu svojich úzkostných myšlienok, keď sa naučí odvádzať svoju pozornosť od príznaku

[10] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 79-87 (čes. vyd.: s. 57-61).

[11] Porov. *ibid,* s. 87-98 (s. 62-70).

[12] Porov. *ibid,* s. 98-127 (s. 70-91).

choroby a keď sa dokáže sám upnúť na nejakú vec, ktorá urobí jeho život zmysluplným a dôstojným. Čím viac túto vec postaví do popredia svojho vedomia, tým viac ustupuje do pozadia jeho vlastná osoba a s ňou aj ťažkosti. Dôležitejšie ako sebapohŕdanie a sebapozorovanie je byť vnútorne slobodný, zabudnúť na seba, nemyslieť na všetky vnútorné udalosti a venovať sa konkrétnej úlohe, ktorá je mu osobne daná.

Úlohou terapie je vysvetliť, že človek nemá pred strachom utekať, že strach z následkov sa má, naopak, zmeniť na prianie týchto následkov, čím strach stráca účinnosť. Veľkou pomocou je humor, ktorý pomáha obávané následky ironizovať, odľahčiť, a tak prekonať.

5.1.4.2 Nutkavé neurotické vzorce

Nutkavý neurotik má od malička sklon k hĺbaniu, pochybnostiam a škrupuliam. Takýto človek napríklad pociťuje potrebu počítať okná, myslieť na rúhanie Bohu, kontrolovať zamknuté dvere alebo si umývať ruky. Postupne sa začína tejto myšlienky, tejto nutkavej predstavy, ktorá by mu mohla napadnúť, obávať. Znepokojený začína proti nutkavým nápadom bojovať, utekať pred nimi a „volať na poplach“. Tak, ako úzkostný neurotik trpí strachom zo strachu, tak nutkavý neurotik trpí strachom pred nutkavou myšlienkou. Zo strachu sa neurotik dáva do boja proti nutkaniu, útočí proti nemu, čím sa zvyšuje protitlak nutkavej myšlienky.

Terapia

Terapia má za úlohu objasniť omyl, objasniť, že jedinec sa bojí bezdôvodne. Jeho stav je len jeho nutkavé neurotické rozpoloženie. Strach z psychickej choroby, ktorý je u týchto jedincov veľký, nie je na mieste, lebo skúsenosť ukazuje, že práve títo jedinci sú voči skutočným duševným poruchám imúnni.

5.1.4.3 Sexuálne neurotické vzorce

U sexuálnych neuróz je prítomná anticipačná úzkosť. Muž sa následkom jediného, prípadne náhodného sexuálneho zlyhania stáva v sexuálnej oblasti neistým. Akonáhle je neistý, nastupuje anticipačná úzkosť z opakovania poruchy potencie. Anticipačná úzkosť potom poruchy potencie upevní. Muž sa obáva toho, že je od neho vyžadovaný výkon.

Sex iba ako prostriedok

Patogenéza reaktívnych sexuálnych neuróz spočíva v tom, že sa sexualita stáva iba prostriedkom na dosiahnutie cieľa. Zo sexuálneho života sa robí sexuálna technika. Frankl zdôrazňuje, že *„ľudská sexualita je vždy niečím viac ako iba sexualitou.“* Je výrazom lásky. Ak ňou nie je, tak nie je možné dosiahnutie plného sexuálneho pôžitku. Maslow hovorí: *„Ľudia, ktorí nedokážu milovať, nezískavajú zo sexu rovnakú rozkoš, ako tí, ktorí skutočne milujú.“*

Zrelá sexualita

Freud zaviedol rozlíšenie medzi cieľom a predmetom pudu. Na úrovni nezrelej ľudskej sexuality sleduje pud iba svoj cieľ, ktorým je vybitie vzrušenia a napätia bez ohľadu na to, akým spôsobom ho dosahuje. Nato stačí aj masturbácia. Zrelá úroveň sexuality je dosiahnutá až vtedy, keď jeden voči druhému už nemajú vzťah iba ako k prostriedku na dosiahnutie účelu, iba ako k objektu, ale ako k subjektu. Na zrelej úrovni je vzťah pozdvihnutý na ľudskú rovinu. Zo vzťahu sa tak stáva stretnutie, v ktorého rámci jeden partner prijíma druhého v jeho človečenstve. A ak je jeden druhým prijímaný nielen vo svojom človečenstve, ale aj vo svojej jedinosti a jedinečnosti, premieňa sa ľudské stretnutie na vzťah lásky.

5.1.4.4 Iatrogénne neurózy

Iatrogénne neurózy tvoria podskupinu reaktívnych neuróz. Sú to tie neurotické chorobné stavy, u ktorých patogénny účinok spôsobil lekár. Patogenéza vychádzajúca z lekára spočíva vo vyvolaní anticipačnej úzkosti.

5.1.5 Psychogénne neurózy

Psychogénne neurózy sú *„pravé neurózy“*. Psychogenézia pravých neuróz vôbec neznamená, ako sa ľudia často domnievajú, že dotyčná neuróza je podmienená psychickou traumou alebo psychickým konfliktom. To všetko býva sotvakedy priamou a vlastnou príčinou takéhoto ochorenia. Či duševná trauma, teda veľmi záťažový zážitok, vôbec človeku spôsobí zranenie v podobe trvalého poškodenia, vždy záleží na človeku samot-

nom, na celej jeho povahovej stavbe, a teda nielen na zážitku, ktorý musel prežiť.[13]

Námietky proti všeobecnému chápaniu neurózy

Chápanie, že neurózu spôsobuje trauma či zážitok, spochybňuje niekoľko faktov: 1. záleží na jedincovi, či a nakoľko sa dá záťažovou situáciou ovplyvniť, 2. jedinec je týmto situáciám často vystavovaný a dokáže odolávať, 3. rovnaké zážitky jedného jedinca poškodia, ale iného nie, 4. záťaž človeka často duševne otuží, zlepší zdravotný stav a povzbudí k výkonu, 5. situácie náhleho uvoľnenia zo záťaže sú, z hľadiska duševnej hygieny, nebezpečné. Od postoja jedinca k tomu, čo prežíva, záleží, či si z traumatizujúcej situácie alebo z duševného zranenia odnesie jazvu a aké hlboké následky rana zanechá. Dôležitejšie ako pátrať po komplexoch a konfliktoch je zdôrazniť, že človek potrebuje primeraný životný cieľ, potrebuje, aby na neho život stále kládol požiadavky, aké je schopný zvládnuť.[14]

5.1.6 Noogénne neurózy

Noogénne neurózy sú neurózy vznikajúce z duchovných zdrojov. Na túto neurózu môže ochorieť aj človek, ktorý žije v napätí z konfliktu svedomia alebo pod tlakom duchovného problému, teda človek v existenciálnej kríze.[15]

Lekár duchovným

V minulosti chodili takíto ľudia za kňazom. Teraz, v sekularizovanej dobe sa nemožno čudovať, že aj duchovná starostlivosť je sekularizovaná. Už v minulom storočí Kierkegaard vyslovil: *"O duše sa už nestarajú kňazi, ale lekári."* Lekár, ktorý poskytuje lekársku starostlivosť o dušu, sa často ocitá v tiesni: *„Či sa mu chce alebo nechce, je dnes úlohou lekára radiť chorému, namiesto duchovného."* Samotný pacient stavia psychoterapeuta pred úlohu, aby v psychoterapii preberal úlohu duchovného.[16]

[13] Porov. *ibid,* s. 127-135 (s. 91-96).
[14] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 63-68 (čes. vyd.: s. 60-64).
[15] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 135-136 (čes. vyd.: s. 97).
[16] Porov. *ibid,* s. 136 (s. 97).

Výskum výskytu noogénnych neuróz

Frankl uvádza, že v USA vyvinuli odborníci v jednom psychiatrickom výskumnom centre špeciálne testy, pomocou ktorých sa dá noogénna neuróza diagnosticky rozlíšiť. Crumbaugh overil svoj PIL test (PIL je skratka pre Purpose In Life) na 1200 prípadoch a došiel k výsledku, že u noogénej neurózy ide o nový obraz choroby, ktorý sa diagnosticky a terapeuticky vymyká z rámca tradičnej psychiatrie. Štatistické výskumy v Connecticute, Massachusetts, Londýne, Tübingene, Würzburgu, Poľsku a vo Viedni dospeli súhlasne k záveru, že je potrebné rátať asi s 20% noogénych neuróz.[17]

5.1.7 Kolektívne neurózy

Štyri znaky kolektívnej neurózy

Kolektívne neurózy nie sú neurózy v pravom, ale v prenesenom slova zmysle. Sú to neurózy metaklinické a paraklinické, kvázineurózy. Ku kolektívnej neuróze má sklon človek s absenciou zmyslu života, ktorý prežíva existenciálnu prázdnotu. Kolektívna neuróza sa vyznačuje štyrmi znakmi:
1. provizórny postoj k existencii,
2. fatalistický postoj k životu,
3. kolektivistické myslenie,
4. fanatizmus.

Nedeľná neuróza

K hlavným klinickým formám, v ktorých sa stretávame s existenciálnou prázdnotou, patrí napríklad *„nedeľná neuróza"*, teda depresia, ktorá sa prejavuje vtedy, keď aktivita všedných dní prestáva, a človek, ktorý nevie o konkrétnom zmysle svojej osobnej existencie, si začína výrazne uvedomovať zdanlivú nezmyselnosť svojho života. Existenciálna frustrácia všeobecne, ale zvlášť tzv. *„nedeľná neuróza"* môže viesť k samovražde.[18] Viac v časti o charakteristike dnešného človeka.

[17] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 179 (čes. vyd.: s. 15-16).
[18] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 138-144 (čes. vyd.: s. 99-103).

5.2 Logoterapia

5.2.1 Logoterapia ako špecifická liečba

Logoterapia je špecifickou liečbou noogénnych neuróz,[19] ktoré vychádzajú z pocitu nezmyselnosti, z pochybnosti o zmysle v živote alebo zo straty nádeje, že takýto zmysel vôbec existuje.[20] Logoterapia učí, že človek je vo svojej podstate preniknutý vôľou ku zmyslu. Vôľou ku zmyslu nazývame to, čo je v človeku frustrované, kedykoľvek prepadne pocitu nezmyselnosti a životnej prázdnoty. Logoterapia je učením o tvorivých, zážitkových a postojových hodnotách.[21]

Tri piliere logoterapie

Pre logoterapiu je teoretickým východiskom učebná sústava, ktorá je založená na troch pilieroch. Sú to: sloboda vôle, vôľa ku zmyslu a zmysel utrpenia. *„Človek chce zmysel, ale existuje aj sloboda človeka tento zmysel naplniť."*[22]

Logoterapia vedie k zmyslu

Človek hľadá zmysel, logos. Logoterapia poskytuje pomoc v hľadaní zmyslu,[23] lebo terapeuticky je veľmi dôležité pomôcť človeku nájsť zmysel bytia a prebudiť driemajúcu túžbu po jeho naplnení.[24]

[19] Nesnídalová hovorí, že logoterapia je ako špecifická terapia noogénnych neuróz uznávaná. (Porov. NESNÍDALOVÁ, R. Prof. dr. V. E. Frankl (+2.září 1997 ve Vídni) *Česká a slovenská psychiatrie,* 1998, roč. 94, č. 2, s. 108). Traugottová hovorí, že bez znalosti logoterapeutického prístupu nemožno pristúpiť k odbornej psychoterapeutickej práci s pacientom či klientom. (Porov. TRAUGOTTOVÁ, D. V. E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn – Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk mit einem Vorwort von Konrad Lorenz. Recenzia. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa,* 1990, roč. 25, č. 5, s. 470). Yalom Irvin spomína tiež postup, v ktorom sa má jedinec vyrovnať s fenoménom nezmyselnosti a navrhuje psychoterapiu, v ktorej cieľom je nájsť novú hodnotovú orientáciu. (Porov. VYMĚTAL, J. Existentielle psychoterapie. Yalom Irvin D. Rezenze. *Československá psychologie,* 1993, roč. 37, č.1, s. 268-269).

[20] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 10-11 (čes. vyd.: s. 8).

[21] Porov. *ibid,* s. 14-16 (s. 12).

[22] *„Der Mensch will den Sinn; aber es gibt nicht nur einen Sinn, sondern auch die Freiheit des Menschen, ihn zu erfullen."* FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 148 (čes. vyd.: s. 231).

[23] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 7-8 (čes. vyd.: s. 5).

[24] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 25-26 (čes. vyd.: s. 30-31).

Ide o vlastnú zodpovednosť a hľadanie

Úlohou logoterapie je viesť človeka k uvedomeniu si jeho vlastnej zodpovednosti. Logoterapia sa má obmedziť iba na to, aby pomáhala pacientovi nachádzať hodnoty a zmysel samostatne – hodnoty, ktoré čakajú, kým ich zrealizuje a zmysel, ktorý čaká, kým ho naplní. V žiadnom prípade však neprichádza do úvahy, aby terapeut vnucoval pacientovi svoje poradie hodnôt a svoj svetonázor. Logoterapia nemá pacientovi indoktrinovať žiadne konkrétne hodnoty.[25]

Logoterapia rešpektuje ľudskú existenciu

Logoterapia je terapiou, ktorá v sebe obsahuje dva základné antropologické znaky: sebapresah (sebatranscendenciu) a sebaodstup. Sebapresah vyjadruje základnú antropologickú skutočnosť, že ľudská existencia odkazuje vždy na niečo, čo už nie je ňou samou, na niečo ďalšie alebo na niekoho ďalšieho. Človek sa stáva skutočne človekom a v plnosti sám sebou až vtedy, keď sa oddáva nejakej úlohe, keď v službe nejakej veci alebo v láske k druhému sám seba prehliada a zabúda na seba.[26]

Vzťah k iným terapiám

Logoterapia nie je žiadny všeliek a tiež nie je súperom iných terapií. Prostredníctvom svojho *„presahujúceho činiteľa"* sa však môže logoterapia stať výzvou pre iné terapie.[27] Logoterapia sa však nepokúša nahradiť psychoterapiu v jej doterajšom užšom význame. Rada by ju iba doplnila do patričného celku, obraz o človeku na obraz *„celého človeka"*. K celosti človeka patrí duchovno ako jeho podstatná súčasť. Kraemer, so zreteľom na logoterapiu, povedal: *"Doteraz bol duch považovaný za protivníka duše. Teraz sa však duch stal naším spolubojovníkom za zdravie duše, a tak postupujeme proti chorobe troma spôsobmi: somatoterapiou, psychoterapiou a logoterapiou."*[28]

[25] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 145-146 (čes. vyd.: s. 104).

[26] Porov. *ibid,* s. 10 (s. 8).

[27] Porov. *ibid,* s. 9 (s. 7).

[28] Porov. *ibid,* s. 146-147 (s. 105).

Frankl povedal, že logoterapia nie je uzatvorený, ale otvorený systém. Logoterapia je pripravená na svoj vlastný vývoj a na kooperáciu s ostatnými psychoterapeutickými školami.[29]

Záťaž jednostrannosti logoterapie

Frankl si bol vedomý, že logoterapia je zaťažená jednostrannosťou. Dôkladná jednostrannosť je však nevyhnutná, aby mohla poskytnúť určitú korektúru. Pokiaľ nie je dostupná absolútna pravda, človek sa musí uspokojiť s tým, že relatívne pravdy sa vzájomne korigujú a musí sa uspokojiť s jednostrannosťou. *„V mnohohlasnom orchestri psychoterapie sme oprávnení, dokonca povinní, byť jednostranní, čoho si sami zostávame vedomí.“*[30]

Logoterapia je proti nihilistickej indoktrinácii a cynickej motivácii

Frankl jednostranne bojuje proti nihilistickej indoktrinácii a cynickej motivácii, keďže, ako sám hovorí, prešiel školou psychologizmu a peklom nihilizmu. Chce odmaskovať jednostrannú hlbinnú psychológiu, ktorá sa považuje za tú, ktorá odstraňuje masky. Freud sám učil, aké dôležité je odmaskovanie. Frankl považuje za dôležité zastaviť sa tam, kde je psychológ konfrontovaný s niečím, čo už odmaskovať nemožno. Nemožno totiž znehodnocovať v človeku to ľudské, *“to pravé, naozajstné, rýdze.“*[31]

Psychoanalýza nás zoznámila s vôľou k slasti, individuálna psychológia nás zoznámila s vôľou k moci v podobe snahy o sebauplatnenie. V človeku je však ešte hlbšie zakorenená vôľa ku zmyslu a jeho zápas o čo najväčšiu zmysluplnosť svojej existencie.[32]

Indikačné oblasti logoterapie[33]

Logoterapia má päť indikačných oblastí.

Logoterapia je predovšetkým indikovaná u noogénnych neuróz. V tomto prípade je ju možné pokladať za špecifickú liečbu.

[29] Porov. HALAMA, P. Paul T. P. Wong, Prem s. Fry: The Human Quest for Meaning. A Handbook of Psychological Applications. Recenze. *Československá psychologie,* 1999, roč. 43, č. 3, s. 282-283 [282].
[30] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* 104 (čes. vyd.: s. 106).
[31] *„...das Echte...“ Ibid,* 104 (s. 106-107).
[32] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 147 (čes. vyd.: s. 105).
[33] Porov. *ibid,* s. 201-202 (s. 143).

Druhým indikačným okruhom sú psychogénne neurózy, kde logoterapia pôsobí ako nešpecifická liečba. Tu sa uplatňuje v podobe dereflexie a paradoxnej intencie.

Tretím indikačným okruhom sú všeobecné somatogénne strádania a zvlášť somatogénne ochorenia, ktoré sú nevyliečiteľné. U týchto ochorení môže ísť od začiatku o to, aby chorý nachádzal zmysel svojho ochorenia, a to v podobe uskutočňovania postojových hodnôt.

Štvrtým okruhom logoterapie sú tzv. sociogénne javy (kolektívne neurózy).

Piatym indikačným okruhom je ochrana pred ochoreniami. Tu ide o ochranu proti iatrogénnym neurózam.

5.2.2 Logoterapia ako nešpecifická liečba

U noogénnych neuróz je logoterapia špecifickou liečbou. Noogénne neurózy, ako neurózy vyvolané z duchovnej oblasti, si vyžiadali logoterapiu – liečbu vychádzajúcu z duchovných zdrojov. Pre logoterapiu existuje širšia oblasť použitia. Touto oblasťou sú neurózy v užšom zmysle slova, teda nie noogénne, ale psychogénne.[34]

Logoterapia ako doplnok psychoterapie a somatoterapie

Logoterapia tu obvyklú psychoterapiu nenahrádza, ale iba dopĺňa. Logoterapia nie je doplnkom iba psychoterapie, ale aj somatoterapie. Neurotické okruhy totiž môžu bujnieť aj do existenciálnej prázdnoty, a terapiu je možné dokončiť iba vtedy, keď sa podarí zaistiť vyplnenie existenciálneho vákua v logoterapeutickom zmysle. Logoterapia tak predstavuje noický doplnok somatopsychickej liečby. Nie je teda pravda, že by logoterapia prehliadala biologickú či fyziologickú oblasť. Ide jej iba o to, aby nad fyziológiou a biológiou nezostala zabudnutá oblasť noológie. Keď sa stavia dom a nakoniec sa do práce pustí pokrývač, nikto mu nebude vyčítať, že sa nestará o pivnicu.[35]

[34] Porov. *ibid,* s. 156 (s. 112).
[35] Porov. *ibid.*

Ďalšie indikácie logoterapie

Okrem piatich základných indikačných oblastí logoterapie existuje rozsiahle spektrum možných indikácií a kombinácií analytickej logoterapie. M. Arnoldová sa vyjadrila: *"Každá terapia musí v nejakom, hoci len v obmedzenom ohľade, byť tiež logoterapiou."* [36] Nižšie sú uvedené aspoň niektoré z nich.

5.2.2.1 Paradoxná intencia a dereflexia

Paradoxná intencia je terapeutická technika, ktorá učí pacienta neurózu ironizovať a pri ktorej si má pacient paradoxne priať to, čoho sa bojí. Dereflexia je zameraná proti škodlivému sebapozorovaniu, ktoré nahrádza odpútaním pozornosti a jej zameraním iným smerom. Dereflexia učí pacienta „ignorovať" neurózu a jej príznaky. Pacient tak nepodlieha nutkavému sebapozorovaniu.[37] Pre úspešnosť paradoxnej intencie Frankl zdôrazňuje význam humoru, čím sa, okrem iného, táto technika odlišuje od behaviorálnych metód.[38]

5.2.2.2 Nespavosť[39]

Prístup Frankla k riešeniu problému nespavosti je príkladom dereflexie. Človek, ktorý trpí nespavosťou, sa dostáva do začarovaného kruhu. Vie, že má problémy so spánkom, a preto už pred posteľou má strach a úzkosť, že nezaspí. V posteli sa potom snaží zaspať. Úzkosť, strach a snaha zaspať vytvoria stav napätia, v ktorom sa potom zaspať ani nedá. Spánok je ako holub, ktorý sám priletí a sadne si na ruku, ale akonáhle po ňom chceme siahnuť druhou rukou, odletí.

Terapia

Pomoc je v tom, že človek musí dôverovať vo vlastný organizmus, ktorý si zoberie to, čo potrebuje. Keď si človek teda líha do postele, môže myslieť na hocičo, len nie na spánok. Má si hovoriť: „Nechcem spať, chcem sa iba uvoľniť," a táto veta potom funguje paradoxne. Keď sa človek prípadne v noci zobudí, nesmie rozsvietiť, pozerať na hodinky, myslieť na spánok alebo myslieť na úlohy, ktoré ho nasledujúci deň čakajú. Má si spomenúť na poslednú myšlienku zo sna a nadviazať na ňu vo svojich ďalších myšlienkach. Keď ho náhodou niekto nadránom zobudí, nesmie prepadať zlosti.

5.2.2.3 Hypochondria a hystéria

Hypochondria

V živote človeka zohráva strach veľkú úlohu, strach zo všetkého, čo môže jeho život ohroziť, predovšetkým zo smrti. Hypochondria je kondenzácia všeobecného strachu na jeden zvláštny orgán, na kondenzačné jadro nejakého strachu. V okamihu, keď sa už strach netýka niečoho neurčitého a nepomenovaného, ale toho, čo je určité, stáva sa z neho obava a bázeň.[40]

Istý človek mal pred pol rokom menšie, prechodné problémy so srdcom. Odvtedy trpí strachom, mučivým pocitom, že má vážnu srdcovú chorobu. Radšej preto nechodí bez sprievodcu, aby neodpadol, lebo sa bojí, že zomrie. Navodzuje si chorobné, subjektívne pocity, lebo sa prehnane pozoruje a je citlivý na informácie o chorobách srdca, ktoré vzťahuje na seba. Ak mu po čase lekár povie, že nemá žiadny nález, myslí si, že lekár jeho chorobu berie na ľahkú váhu. Takéhoto človeka, so strachom z choroby, nie je vhodné hneď označovať za hypochondra alebo hysterika.[41]

Hystéria

K hysterickému charakteru patrí nepravdivosť, chorobný egoizmus a vypočítavosť. Hysterik trpí chudobou zážitkov, čo spôsobuje, že je ovplyvniteľný a schopný premeniť duševný stav na telesný symptóm. Je vnútorne chladný a všetko mu slúži ako prostriedok k cieľu, všetko je v službách jeho egoizmu. Prejavuje sa teatrálne, je zameraný na dojem, jeho prejavy sú hrané a strojené. Vyliečiť ho znamená prevychovať ho, urobiť z neho iného človeka. Hysterik hrá divadlo, v ktorom je on sám hercom aj režisérom. Hysterik potrebuje publikum a kto mu toto publikum robí, podporuje ho v divadle. Pomoc je v tom, že mu iní vyžadované publikum nevytvárajú. Hysterik po-

[36] Porov. *ibid,* s. 158 (s. 113).
[37] Porov. *ibid,* s. 175-176 (s. 124-125).
[38] Porov. *ibid,* s. 25 (s. 19).
[39] Porov. *ibid,* s. 180-182 (s. 128-129).
[40] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 111 (čes. vyd.: s. 98).
[41] Porov. *ibid,* s. 75 (s. 70).

vie: „Musím toto dosiahnuť, lebo sa vám tu zosypem.“ Správna odpoveď je: „Zosypete sa sebe, nie nám.“ Tak je zodpovednosť za konanie daná jemu. On je tou osobou, ktorá si konanie režíruje. Liečebná schopnosť začína tam, kde sa dokáže hysterický mechanizmus zaraziť bez toho, aby sa pacient rozčúlil.[42]

5.2.3 Lekárska starostlivosť o dušu

Najširšia indikačná oblasť logoterapie

Pre logoterapiu je najširšou indikačnou oblasťou takzvaná *„lekárska starostlivosť o dušu.“*[43] Poskytovať túto starostlivosť je potrebné všade tam, kde má lekár pred sebou pacienta, ktorý je vystavený utrpeniu, ktorému sa nemôže vyhnúť. Netýka sa to len lekárov určitého špeciálneho odboru, ale úplne každého lekára, ktorý sa v tejto situácii nachádza.[44]

Pomoc pri nachádzaní zmyslu v utrpení

Schopnosť trpieť nie je však ničím iným ako schopnosťou uskutočniť to, čo nazývame postojovými hodnotami. Človek sa môže nachádzať v situácii núdze, keď nemôže uskutočňovať hodnoty svojím konaním a ani nedokáže dať svojmu životu zmysel prostredníctvom zážitku. Aj takýto človek môže dať svojmu životu zmysel. Môže to urobiť tak, že sa tomuto svojmu údelu, tejto svojej situácii núdze postaví, že na seba nutné utrpenie vezme. V tom býva daná posledná možnosť uskutočnenia hodnoty. Práve v skutočnom, statočnom znášaní skutočne osudového utrpenia sa človeku otvára posledná a najväčšia príležitosť na naplnenie zmyslu vo svojom živote.[45]

[42] Porov. FRANKL, V. E. *Die Psychotherapie in der Praxis. Eine kasuistische Einführung für Ärzte.* 3. erweit. und neu bearbeit. Aufl. Wien: Verlag Franz Deuticke, 1975, s. 194-200.
[43] *„...ärztliche Seelsorge...“* FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 184 (čes. vyd.: s. 130).
[44] Porov. *ibid,* s. 184 (s. 130).
[45] Porov. *ibid,* s. 186-187 (s. 132-133).

Duchovná starostlivosť o dušu nie je starostlivosť duchovná

Ako nie je vo všetkých indikačných oblastiach logoterapia legitímnou náhradou psychoterapie, ale iba jej doplnením, tak nie je duchovná starostlivosť o dušu náhradou starostlivosti duchovnej. Cieľom lekárskej starostlivosti o dušu a vôbec cieľom psychoterapie je uzdravenie duše. Oproti tomu cieľom duchovnej starostlivosti o dušu a vôbec cieľom náboženstva je jej spasenie.[46] *“Náboženstvo síce nemá žiaden psychoterapeutický motív, má však psychohygienický účinok. Sprostredkuje človeku s ničím neporovnateľné bezpečie a duchovné zakotvenie, a tým neobyčajne prispieva k zachovaniu jeho duševnej vyrovnanosti.“*[47] Na druhej strane vidíme, ako psychoterapia, hoci to priamo nezamýšľa, v jednotlivých prípadoch privádza pacienta späť k zasypaným prameňom pôvodnej viery. Psychoterapia nestojí v službách náboženstva, rovnako ako náboženstvo nie je prostriedkom na dosahovanie cieľov psychoterapie.[48]

Vzťah logoterapie a náboženstva

Náboženstvo je pre logoterapiu jedným z predmetov skúmania, fenoménom, s ktorým sa stretáva. Nie je pre ňu východiskom. Náboženská a nenáboženská existencia sú pre logoterapiu v princípe ko-existentné fenomény, ku ktorým má neutrálny postoj. Logoterapeuta viaže Hippokratova prísaha, a teda jeho metodika a technika je tak ako každá iná lekárska metodika a technika, použiteľná každým lekárom a pre každého chorého, bez ohľadu na vieru. Náboženstvo a logoterapia majú rôzne ciele. Cieľ psychoterapie (duševné uzdravenie) a cieľ náboženstva (spása duše) nestoja na tej istej rovine bytia. Dimenzia, na ktorej sa náboženský človek pohybuje, je vyššou, viac objímajúcejšou, viac zahŕňajúcejšou dimenziou. Prechod na túto vyššiu dimenziu sa nedeje na základe nejakej vedomosti, ale na základe viery.[49]

[46] Keď Frankl vysvetľuje vzťah logoterapie a teológie, hovorí podobne: *„Das Ziel der Psychotherapie ist seelische Heilung – das Ziel der Religion jedoch ist das Seelenheil. Cieľ psychoterapie je zdravie duše – cieľ náboženstva je spása duše.“* FRANKL *Der unbewußte Gott,* s. 60.
[47] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 189-190 (čes. vyd.: s. 134-135). Viac v časti o výskumoch o vplyve náboženskej viery na zmysel života a zdravie.
[48] Porov. *ibid,* s. 190 (s. 135).
[49] Porov. FRANKL *Das Leiden am sinnlosen Leben,* s. 91-92.

5.3 Rôzne ďalšie Franklove názory

Frankl sa vyjadruje aj k ďalším iným problémom, ktoré je vhodné pre úplnosť uviesť. Dopĺňa to obraz o Franklovom myslení, do ktorého sú zahrnuté aj širšie súvislosti. Hovorí to aj o jeho vnútornom presvedčení.

5.3.1 Hypnóza[50]

Hypnóza je duševne výnimočný stav podobný spánku, ktorý je výsledkom sugestívnych postupov. Jedna možnosť je, že sugescia je slovná. V tomto prípade sa človek pohodlne posadí, uvoľní, zatvorí oči a sústredí sa na to, čo je hovorené. Druhá možnosť je, že človek hľadí na lesklý predmet, ktorý je pred jeho oči položený s úmyslom, aby sa na predmet zafixoval.

Hypnóza nie je len výsledok sugescií, ale aj stav, v ktorom je jedinec schopný prijať ďalšie silnejšie sugescie. Hypnotizovať môže v zásade každý. Pri hypnóze sa dajú používať rôzne technické pomôcky, ako je napríklad rádio alebo magnetofón. Účinky hypnózy môže pociťovať aj jedinec, ktorému priamo nie sú adresované sugescie, ale ktorý je prítomný. Hypnotizovaný môže byť každý okrem detí a duševne chorých. Hypnotizovať sa dajú všetci jedinci, ktorí to chcú, nie iba ľudia slabej vôle. Hypnotizovať môže iba lekár a jeho motív by mal byť terapeutický. V hypnóze sa deje iba to, s čím je jedinec uzrozumený a čo mu vyhovuje.

Hypnóza nemá nič spoločné so špiritizmom a okultizmom, lebo v hypnóze nejde o nič nadprirodzené. Hypnózu treba odmytologizovať, zbaviť ju kúzelníckej a magickej atmosféry. Ľudia často vynucujú takúto atmosféru liečby, v ktorej chcú hrať pasívnu úlohu. Toto je chybou, lebo pri každej liečbe ide o osobné rozhodnutie pacienta spolupracovať.

5.3.2 Narkoanalýza

Pri narkoanalýze je podaný pacientovi uspávací prostriedok v takej miere, aby nezaspal, ale aby sa uvoľnil. V takomto stave potom hovorí to, čo by za

[50] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 107-111.

normálneho stavu nepovedal. Narkoanalýza sa môže použiť na abreakciu niečoho potlačeného alebo na prejavenie podvedomých, potlačených a zatajených skutočností. Pri narkoanalýze nevychádza na povrch úplná a ani čistá pravda. Neúplná je preto, že aj v tomto stave je pacient schopný pravdu čiastočne zatajiť. Nečistá je preto, lebo pacient je v narkoanalýze sugestibilný a kladením otázok nechtiac ovplyvniteľný.[51]

5.3.3 Psychochirurgia

V psychochirurgii ide o chirurgický zásah do mozgu s cieľom ovplyvniť duševnú chorobu. Psychochirurgia je opakom narkoanalýzy. Narkoanalýza slúži na liečenie neurózy a u psychochirurgie ide hlavne o ovplyvňovanie psychózy. Psychochirurgiou sa nedá zasiahnuť duchovná podstata človeka alebo ľudská duša. Dá sa však do určitej miery zmeniť charakter človeka, čo sa používa pri duševných chorobách. Napríklad Monizove operácie zasahujú afektivitu a útočnosť. Po operácii nastáva isté otupenie mysle. Oprávnenosť operácie je iba vo výnimočných prípadoch. Kritériom je to, či pacient bude po operácii poškodený vo svojom plnohodnotnom dôstojnom živote menej, ako ho poškodzuje jeho súčasná choroba.[52]

5.3.4 Eutanázia

Eutanázia je usmrtenie z milosti. Často uvádzaným dôvodom pre eutanáziu je prípad duševne alebo telesne nevyliečiteľne chorého človeka, ktorého život sa zdá nezmyselným a zbytočným. Je ale otázne, čo naozaj nevyliečiteľným je. Nikomu neprislúcha právo vyrieknuť rozsudok nad ľudskou hodnotou druhého, nikto nesmie nazvať druhého zbytočným, neužitočným či neproduktívnym indivíduom. Užitočnosť pre spoločnosť nemôže byť jediným meradlom pre hodnotenie ľudskej bytosti. Dôvodom pre eutanáziu môže byť argument, že chorý, keby mohol, sám by spáchal samovraždu, a lekár,

[51] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 93-95 (čes. vyd.: s. 84-85).
[52] Porov. *ibid,* s. 95-98 (s. 85-88).

ako jeho advokát, je oprávnený vykonať jeho vôľu. Povinnosťou lekára je však život človeka chrániť, a to dokonca aj proti jeho vôli.[53]

5.3.5 Špiritizmus

Scheler hovorí, že človek verí v Boha alebo v bôžikov. Záujem o špiritizmus dáva Frankl do súvislosti s duchovnou dezorientáciou a nedostatkom viery dnešného človeka. Frankl nespochybňuje zázrak tak, ako ho chápe teológia. Stavia sa iba proti pochybným praktikám založeným na sebaklame a sklamaní. Špiritizmus je nebezpečný, lebo rozvíja duševné choroby alebo je príznakom začínajúcej duševnej poruchy. Špiritisti robia mylné diagnostiky, ktoré nie sú ochotné podrobiť vedeckému porovnaniu a vyvolávajú duchov, čo spôsobuje paradoxne namiesto podpory duchovna skôr nedôveru k duchovnej skutočnosti.[54]

5.3.6 Moderné umenie

Frankl poznal vo svojom živote veľa neurotických a psychotických pacientov. Aj chorý umelec môže byť umelcom. Ak u neho dôjde k poruche tvorby, nestane sa tak kvôli psychóze. Duševná choroba nie je nikdy produktívna. Tvorivý môže byť iba ľudský duch, nie duševná choroba. Ľudský duch

[53] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 112-117. Eutanázia alebo samovražda s lekárskou asistenciou je v súčasnosti diskutovaná a neľahká otázka. Pre ilustráciu je uvedený názor Casselovej, ktorá je profesorkou a vedúcou The Henry Dow Schwarz Department of Geriatrics and Adult Development v New Yorku a hovorí, že pomoc lekára pri urýchlení smrti nutne neohrozuje profesionálne štandardy a niekedy zlepšuje starostlivosť o pacienta počas umierania. Postupy pri pomoci pri umieraní pacientov v bolestiach a utrpení niekedy nemožno odlíšiť od asistovanej samovraždy a eutanázie. Argumenty, proti týmto činom tvárou v tvár postavené klinickým aktivitám, sú pokrytecké a samoúčelné. Napríklad je to pri podávaní vysokých dávok morfínu, aby umierajúci upadol do bezvedomia alebo pre úľavu utrpenia pri urýchlení smrti. Niektoré morálne úvahy o starostlivosti o umieranie zastierajú neochotu čeliť smrti a pomáhajú pri prevzatí zodpovednosti pred verejnosťou kryť niektoré činy, ku ktorým pri lôžku umierajúceho dochádza. (THOMASMA, D., C. – KUSHEROVÁ, T. *Od narození do smrti.* 1. vyd. Přel. L. Motlová. Praha: Mladá fronta, 2000, s. 224).

[54] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 140-144 (čes. vyd.: s. 121-125).

sa môže, i napriek svojmu ťažkému osudu, vzopnúť k poslednému tvorivému výkonu. Chorobe nemožno pripisovať žiadnu tvorivú schopnosť. Prítomnosť choroby však nemôže zohrať úlohu pri hodnotení umeleckej hodnoty tvorby. Keď niekto vysloví, že dva plus dva sú štyri, tak to platí, i keby to povedal schizofrenik. To, čo majú umelec a duševne chorý človek spoločné, je nedostatok výrazových prostriedkov pre vyjadrenie zážitku „nikdy nezažitých svetov", pre ktorý im nestačia zdedené výrazy z bežného života. Prežívajú tak krízu a tvoria nové výrazové prostriedky, ktoré sú pre psychiatra príznakom psychózy. Táto podobnosť pacientov a umelcov neznehodnocuje ich tvorbu, lebo podobnú výrazovú krízu pozná každý duchovný odbor a každá doba má svoje „moderny". Niektoré Heideggerove vety sa dajú ťažko odlíšiť od viet schizofrenika. Je možné, že niektoré charakteristické rysy súčasného umenia vytvorili duševne choré osobnosti. Je tiež možné, že práve tieto osobnosti a ich tvorba vlastní sugestívnu silu, ktorá sa skoro prejaví tým, že vznikne nová móda. Moderní umelci si teda zaslúžia, aby boli braní vážne, hoci ich prezentovaná nutnosť vyjadrenia možno vyzerá na prvý pohľad divoko. To, čo robí dielo vzácnym, je vnútorný boj o pravý výraz, ktorý však nemajú všetci umelci.[55]

V umení a literatúre sa prejavuje nezdravý postoj sebapozorovania, sebareflexie, sebapredstavenia, exhibicionizmu vlastných psychických komplexov, ktorými autor trpí. Spomedzi nich sú najobľúbenejšie sexuálne komplexy. Keď už spisovatelia nie sú schopní ľudí imunizovať proti chorobe našich čias, mali by ich aspoň prestať infikovať vlastným nihilizmom, pocitom prázdnoty, zdôrazňovaním, že život tak či tak nemá nijaký zmysel. Svet nie je zdravý, a preto nie je úlohou umelcov svet skrášľovať, ale uzdravovať'.[56]

[55] Porov. FRANKL *Die Psychotherapie in der Praxis,* s. 235-238.

[56] Porov. FRANKL, V. E. Má zmysel hľadať zmysel? (Podľa „Nachlese" pripravila L. Pavly) *Kultúrny život,* 1992, roč. 26, č. 18, s. 7.

6. Freud, Adler a Jung v súvislosti s Franklom

Frankl sa vo svojich publikáciách často vracia k Sigmundovi Freudovi, Alfredovi Adlerovi a Carlovi Gustavovi Jungovi, aby vysvetlil rozdielnosť svojho chápania človeka a prístupu k nemu. Nižšie je uvedené Franklovo chápanie Freuda, Adlera a Junga a kritika psychoanalýzy. Ďalej je uvedené Freudovo, Adlerovo a Jungovo chápanie zmyslu života.[1]

6.1 Franklov pohľad na Freuda, Adlera a Junga

Frankl vysvetľuje Freuda

Freud hľadá zmysel hysterických príznakov choroby. Ďalej hovorí, že zmysel existuje, ale je neznámy, nezrozumiteľný a potlačený do podvedomia. Dôvod potlačenia predstáv a zážitkov súvisí s pohlavným životom, ktorý má v psychoanalýze širší význam a chápe sa ako pudovosť alebo životná energia. Potlačené obsahy sa prejavujú vo vedomí, zamaskované v snoch, v zmenenej, v symbolickej forme. Vedomie a podvedomie tak uzatvorili kompromis, ktorým je neuróza. Liečenie chce oslobodiť jedinca od neurózy odhalením jeho predstáv a uvedením nevedomých procesov do plného vedomia.[2]

Frankl vysvetľuje Adlera

Z psychoanalytickej školy vzniká individuálna psychológia založená Adlerom. Adler vychádza z toho, že telesná menejcennosť vedie k pocitu menejcennosti. Ukázal ďalej, že nielen telesná chyba môže viesť k pocitu menejcennosti, ale aj iné veci z ranej mladosti: trvalá choroba, celková slabosť

[1] Franklovi podobné názory na Freuda, Adlera a Junga možno nájsť aj napríklad v knihe Kočíka: *Filozofický a teologický pohľad na dynamickú psychológiu.* (Porov. HVOZDÍK, S. Kočík, J. Filozofický a teologický pohľad na dynamickú psychológiu. Recenzia. *Viera a život,* 1999, roč. 9, č. 3, s. 273-275 [273-275]).

[2] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien,* s. 21-22 (čes. vyd.: s. 27-28).

alebo prežívaná škaredosť. Istú mieru pocitu menejcennosti má každý, keďže je dieťa odkázané na pomoc rodičov, ale u normálneho dieťaťa sa upraví, vyrovná alebo kompenzuje prirodzenou snahou po bezpečí v rámci ľudského spoločenstva. Kompenzácia nestačí pri abnormálnom pocite a dochádza k prekompenzácii tým, že sa človek snaží vyniknúť, budiť zdanie prevahy. Každú neurózu možno previesť na chybnú prekompenzáciu zahniezdeného pocitu menejcennosti. Liečba zasahuje koreň prehnanej snahy po sebauplatnení – privedie človeka k poznaniu, čo je za prehnaným pocitom menejcennosti a následne učí prekonávať pocit menejcennosti povzbudzovaním a uvádzaním späť do ľudského spoločenstva.[3]

Frankl vysvetľuje Junga

Jung bol žiakom Freuda, ale neskôr sa oddelil a nastúpil vlastnú cestu výskumu. Jung objavil, že vo vrstvách podvedomia sa neobjavujú iba sexuálne symboly, ale aj symboly, s ktorými sa stretávame v cudzích kultúrach a náboženstvách.[4]

Frankl kritizuje psychoanalýzu

Frankl hovorí, že psychoanalýza je dieťaťom svojej doby. Freud je v zajatí naturalizmu svojej epochy. V človeku vidí iba prírodnú bytosť a prehliada duchovnú prirodzenosť človeka. Človek má pudy, ale z nich sa nedá odvodiť to najpodstatnejšie – duch, osobnosť, ja. Freud videl správne, ale nevidel všetko a zovšeobecnil to, čo videl. Frankl hovorí, že röntgenológ vidí na obrazovke zlomenú kosť, ktorú treba liečiť, a pritom netvrdí, že človek sa skladá iba z kostí. Podobne aj psychológ vidí a lieči dezintegrovanú pudovosť u jedinca, ktorý má s pudmi problémy, a pritom nemôže človeka vysvetľovať iba na základe pudovosti. Freud sa snaží človeku svojej doby strhnúť masku sexuálnej neúprimnosti a nastaviť zrkadlo. Frankl dodáva, že človek sa neskôr začína zaujímať o existenčné naplnenie, životný cieľ, zmysel a osobné povolanie viac ako o sexuálne uspokojenie.[5]

[3] Porov. *ibid,* s. 22-23 (s. 28-29).

[4] Porov. *ibid,* s. 23 (s. 29).

[5] Porov. *ibid,* s. 23-25 (s. 29-30). Podobné výhrady voči Freudovej psychoanalýze sa vyskytujú aj u iných autorov. Napríklad Kondáš charakterizuje Freudovu náuku v troch bodoch, keď hovorí, že psychoanalýza: 1. uznáva iba vnútorné psychické mechanizmy a z nich odvodzuje aj spoločenské a kultúrne javy, 2. hovorí, že konanie jedinca určujú pudy a nevedomé tendencie, 3. uznáva dominanciu sexuálnych zážitkov pri vysvetľovaní abnormálnych javov a sociálnopsychologických a kultúrnych javov. (Cit in MAREK OP, A., M. *Psychologie.* 2. dopl. vyd. Olomouc: Matice cyrilometodějská s.r.o., 2000, s. 575).

Frankl hovorí, že psychoanalýza si nevšíma rýdzo ľudskú schopnosť slobodnej voľby. Človek je takto chápaný ako bytosť konečná, ktorá nie je schopná oslobodiť sa od väzieb, ktoré ju viažu k rôznym oblastiam a v ktorých musí čeliť nezmeniteľným okolnostiam.[6] V psychodynamickej interpretácii ľudského bytia je takto prehliadaný základný rys ľudskej existencie – slobodná vôľa. Zo subjektu, ktorý „chce“, sa stáva objekt, ktorý „musí“. Človek je chápaný iba ako vec a v procese depersonalizácie sa zo subjektu stáva objekt.[7]

Entita, voči ktorej sme, podľa Frankla, zodpovední – svedomie alebo ono Bytie, ktorého hlas vďaka svedomiu človek zakúša – je v psychoanalýze redukované na Superego a je ako také interpretované v pojmoch introspekcie či projekcie otcovskej postavy. Tým by sa zaväzujúci ráz takejto inštancie vytratil. V psychoanalýze prebieha popri procese depersonalizácie ľudskej osoby aj proces subjektivizácie loga, čím sa objektivizuje niečo, čo je subjektívne. Franklovi ide naopak o to, aby sa subjektivizovalo niečo, čo je v skutočnosti objektívne a ľudskej osobe chce vrátiť podstatu, ktorá nie je plne podmienená. Frankl reobjektivizuje objektívne, to jest logos, a tak možno hovoriť o fenoméne ľudského bytia v dvojakom jeho aspekte: o existencii v jej subjektivite a o logose v jeho subjektivite.[8]

Keby sme duchovnú stránku človeka nazvali – v protiklade k jeho stránke psychofyzickej – „výšinnou dimenziou“ človeka, pripustili by sme tým, že existenciálna analýza je protikladom hlbinnej psychológie. Hlbinná psychológia však zabúda, že jej protikladom nie je „povrchová“ psychológia, ale psychológia „výšinná“. *„Iba človek vo svojej výšine je človekom,“* hovorí Paracelsus.[9]

Ringel hovorí, že psychoanalýza sprevádza pacienta jeho poznatkami a zaoberá sa jeho podvedomím, pričom logoterapia v existenciálnej analýze vyzýva pacienta k slobode, zodpovednosti a k jeho povinnostiam. V logoterapii je analýza podvedomia v podstate zbytočná, preto sa existenciálna analýza nepovažuje za analytickú metódu. Výzvy logoterapie, ktoré sú stavané

[6] Porov. FRANKL Dynamika a hodnoty. *Československá psychologie,* s. 542.

[7] Porov. *ibid,* s. 544.

[8] Porov. *ibid,* 545-546.

[9] Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen,* s. 192 (čes. vyd.: s. 137).

pred pacienta a majú aj pedagogický charakter, vedia uzdraviť aj neurózy, ktoré majú zakotvenie v podvedomí.[10]

6.2 Zmysel života u Freuda, Adlera a Junga

Pre Freuda, Adlera a Junga nie je otázka zmyslu života ťažisková a svojimi teoretickými východiskami sa od Frankla zásadne odlišujú.

6.2.1 Zmysel života u Freuda

Freud pokladal otázku zmyslu za chorú. Predpokladal, že zdravý človek si ju nekladie. A ak si ju niekto kladie, tak ho (z nej) treba liečiť.[11]

6.2.2 Zmysel života u Adlera

Adler sa zaoberal zmyslom života a životnými úlohami. Zmysel života chápal v dimenziách životného štýlu a za naplnenie života zmyslom považoval život pre prospech spoločenstva.[12]

Zmysel a vzťah človek – kozmos

Ľudstvo sa už mnohokrát pokúšalo stanoviť si konečný cieľ svojho vývoja. Pýtať sa na zmysel života má však význam a cenu len vtedy, ak máme pred očami vzťažnú sústavu človek – kozmos. Celý život je možné chápať ako ustavičný zápas o to, aby človek obstál voči požiadavkám kozmu, aby bol schopný aktívne sa prispôsobiť všetkým výhodám i nedostatkom, ktoré na neho kozmos kladie.[13]

[10] Porov. RINGEL, E. *Einführung in die Grundprobleme der Neuose.* Wien: Herder, 1959, s. 107-108.
[11] Porov. SKLENKA Psychoterapia objavuje ducha. *Listy,* s. 9.
[12] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 218.
[13] Porov. ADLER, A. *Smysl života.* Přel. Z. Vybíral. 1. vyd. Praha: Práh – Martin Vopěnka, 1995, s. 124-125.

Nesprávny cieľ

Živé tvory, ktoré si stanovili nesprávny cieľ dokonalosti a ktorým sa nepodarilo aktívne prispôsobiť, vyhynuli. Zanikli tak celé druhy, rasy, kmene, rodiny a tisíce jednotlivcov, po ktorých tu nezostalo nič. Vyhynuli preto, že neobjavili spôsob, ako podporovať spoločnosť a zrejme preto, že pre jedinca je nevyhnutné, aby objavil aspoň nejaký správny spôsob, smerujúci k tomuto cieľu dokonalosti.[14]

Človek je súčasťou evolučného prúdu

Predstava o konečnom cieli človeka, o dokonalom stave, dáva človeku smer nielen vo vývoji celej jeho osobnosti ako celku, ale i smer jeho jednotlivým prejavom, pohybom, mysleniu, citom a svetovému názoru. Mali by sme obrovské šťastie, keby sme vedeli viac o smere, ktorým sme sa pustili, pretože sme súčasťou evolučného prúdu a musíme ísť s ním. Keďže človeku nikto nezoslal absolútnu pravdu, je nútený sám premýšľať o svojej budúcnosti a o výsledku svojho konania.[15]

Iba život pre ľudstvo má hodnotu

Pri svojom vstupe do života človek nachádza iba to, čo stihli vykonať jeho predkovia, nachádza ich prínos pre evolúciu, pre pozdvihnutie vývoja celého ľudstva. Život jednotlivca aj jednotlivých skupín môžeme z tohto pohľadu považovať za hodnotný len dovtedy, kým aktívne prispieva k pozdvihnutiu ľudstva ako celku. Po ľuďoch, ktorí ničím neprispeli k prospechu spoločnosti, nezostalo vôbec nič. Boli úplne vymazaní z dejín.[16]

Človek ako súčasť celku

Jedinec kráča vpred len vtedy, keď žije i umiera ako súčasť celku. Videním, počúvaním, rozprávaním sa človek spája s druhými. Človek vidí, počuje a hovorí správne len vtedy, keď je vo svojich záujmoch spojený s okolitým svetom, s druhými ľuďmi. Naše estetické cítenie a predstavy majú večnú hodnotu len vtedy, keď sa držia evolučného prúdu, ktorý speje k dobru celého ľudstva. Všetky naše telesné a duševné funkcie sú správne, normálne a zdra-

[14] Porov. *ibid,* s. 126.
[15] Porov. *ibid,* s. 127.
[16] Porov. *ibid,* s. 128.

vo vyvinuté vtedy, keď majú v sebe dostatok pocitu spolupatričnosti a kým sú vhodné na spoluprácu. Každé zlyhanie je zlyhaním preto, lebo sa narúša rozvoj spolupatričnosti a chýba prínos jedinca pre druhých. Všetko, čo označujeme ako neúspech, prezrádza nedostatok pocitu spolupatričnosti.[17]

Adlerov postoj ku zmyslu a náboženstvu

Sandmann[18] zhŕňa Adlerov postoj k náboženstvu a k zmyslu života do niekoľkých bodov:[19]

1. „Božskosť", ako cieľ, je pre človeka nedosiahnuteľná.
2. Viera v Boha môže pôsobiť neurotizujúco a paranoidne.
3. „Boh" je obrazná formulácia pre zmysel života. Pre Adlera je však všetka metaforika (sen, poézia) podozrivým, nepriamym, skrytým a zaobaleným spôsobom vyjadrovania.
4. Náboženstvu chýba kauzálny základ, ktorého znalosť je pre reálny úsudok nevyhnutná a ktorý je základom tak Adlerovej individuálnej psychológie, ako aj Freudovej psychoanalýzy. Podľa náboženstva, na rozdiel od Adlera a Freuda, cieľ života presahuje človeka. Podľa Adlera psychoanalýza neprináša nič iné, ako poznatky o hnacom psychologickom mechanizme. Tento mechanizmus síce naozaj pôsobí, ale neprináša žiadnu skutočnú *„orientáciu"* a žiaden zmysel.

6.2.3 Zmysel života u Junga

Jung hovorí o *„archetype zmyslu"*, ktorý sa dostáva k slovu v kritických situáciách, keď zlyhali všetky ľudské opory a barličky.[20]

[17] Porov. *ibid,* s. 130.
[18] Dr. Peter Sandmann je školským psychológom. Pôsobí v Alfred-Adler-Inštitúte v Mníchove.
[19] Porov. SANDMANN, P.: Integration als Sinnfindung. Wie tief reicht die Tiefenpsychologie? In FRIES, H. – HALDER, A. – SANDMANN, P. *Sinnfrage als Frage nach Gott.* Augsburg: Katholische Akademie, 1981. Akademie-Publikation Nr. 53, s. 38.
[20] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 217-218.

Jung o Freudovom chápaní nevedomia

Pojem nevedomia u Freuda sa obmedzuje iba na označenie stavu vytesnených alebo zabudnutých obsahov. Nevedomie je zbernicou týchto obsahov. Freud pritom bezpochyby videl archaicko-mytologický spôsob myslenia nevedomia. Freudova povrchová vrstva nevedomia má osobnú povahu, ktorú nazýva osobné nevedomie.[21]

Pojem archetypu

Nevedomie spočíva v hlbšej vrstve, ktorá je vrodená a ktorá nepochádza z individuálnej skúsenosti a z toho, čo bolo získané osobne. Touto hlbšou vrstvou je kolektívne nevedomie, ktoré má všeobecný charakter, je vo všetkých ľuďoch rovnaké a v každom tvorí všeobecný duševný základ nadosobnej povahy. Obsahy osobného nevedomia sú v podstate citovo zafarbené komplexy, ktoré tvoria osobnú intimitu duševného života. Obsahy kolektívneho nevedomia sú archetypy, ktoré obsahujú prastaré, prvopočiatočné, odpradávna existujúce všeobecné obrazy (primitívne kmeňové učenie, staré tajné náuky, mýty, rozprávky), ktoré boli odovzdávané dlhé veky. Pojem *„archetyp"* označuje len tie psychické obsahy, ktoré ešte neboli podrobené vedomému spracovaniu, a preto predstavujú bezprostrednú duševnú danosť. Archetyp predstavuje nevedomý obsah, ktorý sa uvedomením a vnímaním mení, a to v zmysle toho ktorého individuálneho vedomia, v ktorom sa objavuje. Psychologicky sa archetyp dá vypátrať u primitíva, ktorý keď vidí prírodné procesy (slnko, leto, zima), nevysvetľuje ich objektívne, ale toto vonkajšie pozorovanie sa dostáva do jeho duševného diania, a tak sa prírodné procesy stávajú symbolickými výrazmi pre vnútornú a nevedomú drámu duše, ktoré môže ľudské vedomie pochopiť cestou projekcie, teda zrkadlené v prírodných udalostiach.[22]

Archetyp animy

Anima je vo všeobecnosti považovaná za dušu, za čosi nesmrteľné a zázračné. Účelom tejto predstavy duše je zažehnať a polapiť niečo nebezpečné, spontánne a živé. Jung hovorí, že takáto predstava duše je dogmatická

[21] Porov. JUNG, C., G. *Výbor z díla II. Archetypy a nevědomí.* 1. vyd. Zost. H. Barz a kol. Přel. E. Bosáková, K. Černá, J. Černý. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1997, s. 97.
[22] Porov. *ibid,* s. 97-100.

a vytvorená až neskôr. Duša je v človeku, podľa Junga, to živé, čo žije samo zo seba a čo spôsobuje život. Anima nie je dogmatická duša, ale prirodzený archetyp, ktorý uspokojivým spôsobom zahŕňa všetky výpovede nevedomia, primitívneho ducha, dejín jazyka a náboženstva. Človek nemôže animu urobiť, je a priori nálad, reakcií, impulzov a všetkých psychických spontánností. Nepatrí jej celý neuvedomelý duševný život, je iba jednym z mnohých archetypov. Život osebe nie je iba dobro, ale je aj zlý a keďže anima chce život, chce dobro aj zlo. Anima verí v krásu a dobro, ale čo je dobré, nie je vždy krásne, a čo je krásne, nie je vždy dobré. Archepypy sú prežitkové komplexy, ktoré sa dostavujú osudovo, to znamená, že ich pôsobenie začína v našom najosobnejšom živote. Anima sa nám javí podľa okolností ako naše najosobnejšie nedorozumenie alebo náš najlepší odvážny čin. Ak opustí vážený učenec v sedemdesiatke svoju rodinu a ožení sa s dvadsaťročnou ryšavou herečkou, prejavuje sa v nás démonická presila.[23]

Poznávanie zmyslu

Anima je síce chaotickým pudením k životu, ale vedľa toho je v nej niečo neobyčajne významné. V protiklade k jej iracionálnej povahe je niečo ako tajné poznanie alebo skrytá múdrosť. Iba ak sa vyrovnáme s animou, spoznáme, že za všetkou krutou hrou s ľudským osudom je niečo ako skrytý úmysel, ktorý, ako sa zdá, zodpovedá mocnejšej znalosti zákonov života. Práve to, čo je najprv neočakávané, čo je desivo chaotické, odhaľuje hlbší zmysel. A čím viac je tento zmysel poznávaný, tým viac stráca anima svoj naliehavý a nutkavý charakter. Postupne vznikajú hrádze proti prílivu chaosu, lebo to, čo je zmysluplné, sa oddeľuje od nezmyselného. Tým, že zmysel a nezmysel nie sú totožné, oslabuje sa sila chaosu odobratím zmyslu a nezmyslu. Zmysel sa stáva silou zmyslu a nezmysel silou nezmyslu. Tak vzniká nový vesmír. Tým je myslená len stará pravda, že z plnosti životných skúseností vzniká ono učenie, ktoré odovzdáva otec synovi. Múdrosť a nerozvážnosť sú jedno a to isté, ak sú predstavované animou. Život je bláznivo nerozumný, ale zároveň má tiež význam a zmysel. A keď sa tomu prvému nesmejeme a o tom druhom nepremýšľame, je život banálny – všetko má ten najmenší rozmer. Potom existuje len malý zmysel a malý nezmysel. Keď ešte neexistovali mysliaci ľudia, nebolo tu nikoho, kto by javy vykladal. Vykladať sa musia iba tomu,

[23] Porov. *ibid,* s. 125-132.

kto nerozumie. Človek precitol vo svete, ktorému nerozumie, a preto sa ho pokúša vykladať.[24]

Archetyp zmyslu

Anima, a tým aj život, je bezvýznamná natoľko, nakoľko neponúka žiadny výklad. Má však podstatu, ktorá je vyložiteľná, lebo v každom chaose je kozmos a v každom neporiadku skrytý poriadok. V každej svojvôli je pevný zákon, pretože všetko, čo pôsobí, spočíva na protiklade. Aby to bolo možné poznať, je potrebný rozlišujúci ľudský rozum, ktorý všetko rozkladá do protikladných úsudkov. Keď sa človek vyrovnáva s animou, podnecuje ho jej chaotická svojvôľa, aby tušil ukrytý poriadok, to znamená, aby videl za jej podstatou osnovu, zmysel a zámer. Ale to by nezodpovedalo pravde. V skutočnosti človek nedisponuje najprv chladným uvažovaním ani mu nepomáha veda a filozofia. Tradičné náboženské učenie mu pomáha len veľmi podmienene. Je zapletený a zamotaný v bezcieľnom prežívaní a úsudok so všetkými kategóriami sa ukazuje ako bezmocný. Ľudský výklad zlyháva, pretože vzniká búrlivá životná situácia, na ktorú sa nehodí žiadna obvyklá interpretácia. Je to okamih zrútenia. Čo sa týka vlastných možností človek klesá do poslednej hlbiny, do nie umelo chcenej, ale prirodzene vynútenej rezignácie. Toto nie je podriadenie a pokorenie, ktoré je dobrovoľné. Je to úplná a jasná porážka, korunovaná panickým strachom z demoralizácie. Keď sú všetky barly a odpory zlomené a ani najtajnejšia posledná poistka už nesľubuje ochranu, až potom je daná možnosť na prežitie archetypu, ktorý sa doposiaľ skrýval vo významami obťažkanej nezmyselnosti animy. Je to *„archetyp zmyslu“*, tak ako anima predstavuje archetyp života.[25]

Zmysel v archetype múdreho starca

Na inom mieste nazýva Jung archetyp zmyslu *„archetypom múdreho starca“*. Hovorí, že vedľa animy stojí postava múdreho starca, ktorý svetlom zmyslu preniká do temnoty holého života, je ten, kto prináša osvietenie, je učiteľ a majster.[26]

[24] Porov. *ibid,* s. 132-133.
[25] Porov. *ibid,* s. 133-134.
[26] Porov. *ibid,* s. 139-140.

Zmysel svetu dáva človek

Svet existuje bez toho, aby bol vykladaný. Zmysel svetu dáva človek. Formy nášho výkladu zmyslu sú historické kategórie, ktoré siahajú až do hmlistého dávnoveku. Výklad zmyslu používa isté výkladové matrice, ktoré samy pochádzajú z pradávnych obrazov. K tejto otázke možno pristupovať akokoľvek, stále nás privedie k dejinám jazyka a motívov, ktoré vedú vždy späť do primitívneho sveta divov. Každá podstatná idea má historického predchodcu. Základom všetkých sú archetypické platformy, ktorých názornosť vznikla v dobe, keď vedomie ešte nemyslelo, ale vnímalo. Myšlienka bola zjavením, nebola niečím vynájdeným, ale bola niečím vynútením alebo presvedčivým svojou bezprostrednou skutočnosťou.[27]

Zmysel a *„archetyp Selbst“*

Sandmann hovorí, že pochopiť otázku zmyslu a otázku Boha u Junga je možno cez pojem *„Selbst“*. Selbst ako *„centrálny archetyp“* je možno vidieť všade v *„centrálnej skale“*, *„svetovej hore“* alebo *„svetovom tróne“*, ktorý v strede Zeme podopiera nebo, v božskom vtákovi Pfau, v stočenom hadovi, v alchymistickom kameni múdrosti. Čo jednotliví ľudia alebo celé národy stavajú do centra, do stredu *„obrazu sveta (Weltbildes)“*, to neviditeľne stavajú aj do centra, do stredu svojho bytia, stáva sa im to všetkým. Psychologicky vyjadrené: Do čoho človek projektuje *“archetyp Selbst“,* to sa stáva zmyslom života: božstvo, politická myšlienka, sláva, bankové konto, Hitler, Chomeiní, modrý Maurícius, milenka alebo vegetariánska výživa. Tieto sebakonfigurácie sú však vyhradené Bohu. Čím viac sa tieto konfigurácie človeka zmocňujú, tým viac rušia proces dozrievania a spôsobujú stavy fanatizmu a posadnutosti. Skúsenosti analytickej psychológie sa tu stretávajú s teológiou *„nepodmieneného naliehania (Unbedingten Anliegens)“* Paula Tillicha. To, o čo človeku v konečnom dôsledku ide, je pre neho „Boh“. Tillich to presne vyjadruje takto: *„To je element nepodmienenosti, koniec začínajúceho a platného; tento element tvorí kvalitu božskosti.“* [28]

[27] Porov. *ibid,* s. 135.

[28] Porov. SANDMANN Integration als Sinnfindung. In *Sinnfrage als Frage nach Gott,* s. 44.

7. Iné témy súvisiace s Franklom

Pre úplnosť je potrebné spomenúť ešte tri témy, ktoré s Franklovým myslením úzko súvisia. Je to otázka vzťahu zmyslu života a viery. Ďalej je to otázka svedomia, ktoré je pre pojem vôle ku zmyslu jedným z kľúčových. A nakoniec je to problematika lásky, ktorá má, v určitom zmysle, vo Franklovej teórii dominujúce postavenie.

7.1 Vzťah náboženskej viery a zmyslu života

Frankl hovorí, že na otázku zmyslu života existuje odpoveď bez ohľadu na vieru v zjavenie a že v otázke zmyslu života nerozhoduje teistický či ateistický názor. Samotný fenomén viery Frankl nechápe ako vieru v Boha, ale ako obsiahlejšiu vieru v zmysel.[1] Niektorí autori však hľadajú súvislosť medzi zmyslom života človeka a problémom viery v Boha[2], čo hľadajú aj v diele Frankla. Preto je, pre porovnanie, v ďalšom uvedené chápanie zmyslu života človeka v náboženstve, konkrétne v katolíckom náboženstve. Hoci je v otázke zmyslu života medzi psychológiou a náboženstvom obojstranne prospešný a obohacujúci vzťah a spolupráca,[3] je potrebná istá obozretnosť pri chápaní pojmov, ktoré nie sú v psychológii a teológii totožné.

[1] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* 221 (čes. vyd.: s. 198).

[2] Porov. RAHNER, K. Problem sensu jako problem Boga. In POPIELSKI, K. *Człowiek – Wartości – Sens. Studia z psychologii egzystencji logoteoria i nooteoria, logoterapia i nooterapia.* Lublin: Redakcja Wydawnictw KUL, 1996, s. 173-182.

[3] Dřímal vidí v dôvere v existenciu zmyslu života jeden z objektívnych predpokladov náboženskej viery. (Porov. DŘÍMAL, L. *Katecheze jako výchova víry.* 1. vyd. Olomouc: Matice cyrilometodějská s.r.o., 2002, s. 7). Remeš hovorí, že ľudia, ktorí hľadajú zmysel života, sa tiež pýtajú, kto zmysel životu dáva alebo určuje. Remeš hovorí ďalej, že viera pomáha ľuďom prekonávať strach zo smrti. Zach hovorí o transcendentálnych obsahoch ľudskej psyché a uvádza Junga, ktorý tvrdí, že ľudská duša je v podstate náboženská a že všetci neurotickí pacienti nad 35 rokov, ktorých Jung mal, mali v pozadí problém so zmysluplným zameraním života, to jest v podstate s náboženskou otázkou. Jung kladie dôraz na to, čo je nad bežnými životnými cieľmi, ktoré si človek kladie. Jung rieši otázku nie nábo-

7.1.1 Cieľ človeka podľa katolíckeho náboženstva

Katechizmus katolíckej cirkvi[4] je kniha, v ktorej je zhrnutá základná a oficiálna náuka katolíckeho náboženstva. Pre možnosť porovnania Franklovho myslenia o zmysle človeka a katolíckeho pohľadu na cieľ, na zmysel života človeka, je uvedená časť o cieli človeka. V tejto časti je čerpané z komentára ku katechizmu, napísaného kardinálom Schönbornom, ktorý je spoluzostavovateľom najnovšieho katechizmu.[5]

Schönborn hovorí, že cieľ určuje cestu a cesta smeruje k cieľu, ku ktorému chce človek, čo možno najskôr a najistejšie dospieť. O ceste hovoríme iba vtedy, keď je stanovená jej orientácia, smer, a teda aj cieľ.

Existuje cieľ spoločný pre všetkých ľudí a tým cieľom je, že všetci ľudia chcú byť šťastní, ako aj vo svojich *Vyznaniach* hovorí Augustín o človeku: *„A predsa nie ja sám alebo niekoľko málo ľudí so mnou, ale všetci chceme byť blažení.“* Hoci možno šťastie hľadať v mnohých veciach, na mnohých cestách, nikto nepopiera, že hľadanie šťastia je všetkým spoločné.

Túžbu po šťastí vložil do ľudského srdca sám Boh. Hoci človek, vedený Božími príkazmi, musí konať veci, ktoré akoby smerovali proti jeho snahám o šťastie, príkazy nie sú dané človeku preto, aby mu kazili radosť, ale aby človeka priviedli k šťastnému životu. Sám život ukazuje, že nie všetko, čo prináša slasť, robí človeka šťastným, a nie všetko, čo je momentálne spojené s nechuťou, robí človeka nešťastným.

ženstva, ale skôr skúsenosti posvätna, ktorá mení život človeka. Zach hovorí, že postava Boha je najintenzívnejším majetkom ľudskej duše. Bauer považuje vieru a religiozitu za oporu v životných situáciách, ktoré sú náročné. Křivohlavý hovorí, že existuje vzájomnosť medzi psychológiou a náboženstvom. Na jednej strane psychológia pomáha náboženstvu napríklad v poznávaní osobností ľudí, zlepšovaním sociálnej komunikácie. Na druhej strane náboženstvo pomáha psychológii napríklad v tom, že pomáha dôkladnejšiemu porozumeniu osobnosti a v poznávaní základov sebavedomia a sebahodnotenia. Smékal hovorí, že existuje ľudská potreba presahu každodenných skúseností, túžba po absolútne a po zážitku uchvátenia. Hovorí o nutnosti privádzať ľudí k hlbšiemu životu a nádeji, ktorá je obsiahnutá v spiritualite. (Porov. KŘIVOHLAVÝ, J. Homo religiosus. *Československá psychologie,* 2002, roč. 49, č. 2, s. 185-186 [185-186]).

[4] *Katechizmus katolické Církve. Napsaný po druhém ekumenickém Vatikánském koncilu.* Přel. J. Koláček. 1. vyd. Praha: Zvon, 1995.

[5] Porov. SCHÖNBORN, CH. *Rozhodni se pro život. Komentář ke Katechismu katolické církve o křesťanské morálce.* Přel. B. Pscheidtová. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2000.

Ukazovateľom cesty k šťastnému životu je Biblia, ktorá poukazuje na veci, ktoré sú bežne považované za nešťastie, ako sú chudoba, plač, hlad, smäd po spravodlivosti, prenasledovanie pre spravodlivosť, a hovorí, že človek nachádza, paradoxne, uprostred biedy a utrpenia šťastie.

7.1.2 Desať téz o zmysle života z pohľadu katolíckej viery

Popielski[6] v knihe *Człowiek – pytanie otwarte*[7] uvádza desať téz o zmysle života človeka, pričom čerpá z knihy biskupa Georga Mosera *Wie finde ich mich zum Sinn des Lebens.*

1. Zmysel je viac ako iba cieľom a niečím osožným, zmysel zahŕňa celosť života. Kto chce uskutočniť zmysel svojho života, musí sa zamerať na prítomnosť a budúcnosť. Musí vedieť vybrať spomedzi hodnôt tie, ktoré nepodliehajú devalvácii. Treba zdôrazniť hodnoty nadindividuálne, ktoré dávajú človeku orientáciu v konaní. Takýmito hodnotami sú napríklad láska, pravda, dobro, krása, sloboda, dobrota alebo pokoj. Životu dávajú perspektívu, hierarchiu potrieb, jedincovi umožňujú dospieť do svojej veľkosti a skrze ne sa rodí pocit zmyslu a hodnoty života.
2. Jednotlivý zmysel sa pred človekom neodhaľuje v hotovej forme, ale sa odhaľuje v procese života. Každý z nás má individuálne predispozície, pomocou ktorých odkrývame hodnoty života, nepriamym spôsobom spoluvytvárame a konkretizujeme vycítenie zmyslu v jednotlivostiach. Rôznia sa predovšetkým podmienky, schopnosti a náklonnosť človeka. Rôznia sa tiež hranice, dedičné rysy, existenčné podmienky, ako aj vplyvy prostredia. Všetky tieto činitele nám pomáhajú uvedomiť si, že každý z nás je jedinečný a neopakovateľný. Každý, komu záleží na realizovaní hodnoty života, musí byť človekom otvoreným, pokorným, človekom, ktorý odvážne prijíma pravdu, ktorý doceňuje seba i iných, ktorý si váži dobro a krásu, ktorý je pripravený podeliť sa s hlbokou radosťou, ktorý

[6] Kazimierz Popielski (1935-), profesor na Katedre psychoterapie a psychológie zdravia na Katolíckej univerzite v Ľubline. Žiak Frankla, voči ktorému Frankl nemal výhrady. (Prameňom sú rozhovory s Popielskim a Smékalom.)

[7] Porov. POPIELSKI, K. Tezy o sensie życia. In POPIELSKI *Człowiek – pytanie otwarte,* s. 313-318.

dokáže prijať dary života a uprostred nich utrpenie. Je veľa ciest, ako nájsť zmysel života.

3. Prijímanie zmyslu a jeho tvorenie sa musí dopĺňať. Ľudský život je výrazom *„historickej jednoty“*, v ktorej sa človek stále nachádza medzi minulosťou a budúcnosťou. Život sa stáva zmysluplným, keď ho človek prijme s láskou. Každý človek musí byť obklopený láskou, aby sa mohol rozvíjať a nájsť zmysel života. Každý je viazaný k tomu, aby to, čo s darom života dostal, tvorivo uskutočnil a rozvinul. Táto povinnosť zahŕňa aj odkrývanie a uskutočňovanie zmyslu. Najprv je potrebné naučiť sa pozerať na skutočnosť tak, aby človek videl jej pravdivý obraz, lebo iba tak možno odhaliť v konkrétnej skutočnosti úlohu svojho bytia.
4. Iba vo vernosti sebe a s trpezlivosťou človek uskutočňuje zmysel života. Technizácia spoločenského života, netrpezlivé náhlenie sa za rastom a rozvojom výroby, mágia čísel, to všetko ničí „bytie človeka.“ To spôsobuje, že človek sa cíti čoraz viac zbavovaný hodnoty a dôstojnosti a zabúda na svoju jedinečnosť. Prácou sa síce človek realizuje a slúži blížnemu, ale netreba zabúdať, že popri nej existuje aj rodinný, spoločenský, náboženský a kultúrny život. Uponáhľanosť neprospieva osobnému a spoločenskému životu. Na autentický život ostáva čím ďalej tým menej času. Je potrebné hospodáriť s darom času, v ktorom treba nájsť miesto pre seba, blížnych a zvlášť pre deti.
5. Podoba zmyslu sa mení v rôznych fázach života. Každé obdobie ľudského života má svoje potreby, nedostatky a možnosti. Zmysel života dieťaťa nemôže vystačiť dospelému, lebo možnosti človeka sa postupne rozširujú. Ide o formovanie zmyslu života tak, aby bol v súlade zo zvláštnosťami daného veku.
6. Zmysel života človek nenájde sám. Nik nie je „pustým ostrovom“ a nik si nemôže vystačiť sám. Človek je bytosťou otvorenou pre druhých, ale súčasne uzatvorenou v sebe, trpiacou a obávajúcou sa. Niektorí druhým neveria, iní sú priveľmi hrdí na to, aby požiadali o radu. Človek je povinný lámať bariéry, ktoré rozdeľujú ľudí. Má sa naučiť načúvať, mlčať a rozumieť. Tak sa stane dávajúcim aj prijímajúcim, lebo kto dá, ten aj dostane. V krajných situáciách, v ktorých sa treba rozhodnúť, človek potrebuje iného človeka, ktorý je spolucítiaci a spolumysliaci. Aj tí, ktorí druhými pohŕdajú, potrebujú druhých ľudí. Ľudí, ktorí sú spolucítiaci a spolumysliaci. Spoločenstvo ľudí je spoločenstvom navzájom sa potrebujúcich.

7. Kto chce poznať a naplniť zmysel svojho života, musí prijať skutočnosť takú, aká je, a meniť ju na lepšiu. Kto hovorí životu „áno“, napĺňa vôľu Stvoriteľa. Tomáš Akvinský povedal, že pravda je to, čo je zhodné s Božou mysľou. To znamená, že život človeka je zmysluplný, keď sú činy človeka zhodné s úmyslom Boha, jeho vôľou a plánmi. Nestačí len akceptácia skutočnosti, ale skutočnosť treba tvorivo dotvárať tak, aby sa eliminovalo zlo, aby bol svet a ľudia bližší Bohu. Jeden z bytostných záväzkov nášho života je premena skutočnosti na lepšiu.
8. Život má zmysel iba vtedy, keď prekračuje hranicu smrti. Človek túži po konečnom naplnení. Život má zmysel iba vtedy, keď neprivedie človeka „do prázdnoty.“ Človek zaujatý starosťami každodenného života nesmie zabúdať na smrť, na prepojenie života a smrti, ktorá je prahom medzi dočasnosťou a večnosťou. Ako povedal Augustín: *„Nespokojný je človek, kým nespočinie v Bohu.“* Božská láska je silnejšia než smrť. Kristus žije a my máme žiť s ním a v ňom. Takto naberá život hlboký obsah a zmysel. Naše skutky pôjdu tiež s nami. Bez nádeje a viery by sme boli len hračkami v behu dejín. Kto dúfa v Boha, kto vie, že jeho činy a myšlienky sú zhodné s jeho vôľou, bude žiť a dosiahne svoju dokonalosť *„v novom nebi“*.
9. Náboženská viera vyjasňuje a rozširuje horizont zmyslu. Všestranný rozvoj osobnosti je základnou témou psychológie. Veľa sa hovorí o slobode a nádeji, no napriek tomu je stále nedostatok uspokojujúcich a jasných záverov. Na základe analýzy bytia ľudí, ktorí sa spomínajú v Biblii, je možné ukázať veľa príkladov, že človek, ktorý naozaj a do konca dúfal v Boha, dostal v svojom živote pomoc uprostred strachu a utrpenia. Boh pomohol prosiacemu, upadajúcemu a hľadajúcemu. A urobil to tak dokonalým spôsobom, ako si to prosiaci ani nedokázal predstaviť. Boh nám dáva viac, ako prosíme.
10. Najhlbší zmysel života spočíva v prijatí a prejavovaní lásky. Boh nás miluje. To nie sú iba slová. V tom spočíva plnosť bytia. Boh je pre svet, pre človeka. Toto presvedčenie je podstatou nádeje v lásku Boha a najhlbšieho pocitu prijatia a bezpečia. Láska Boha je všeobecná, je v človeku i za ním. Boh od seba neodháňa nikoho. Každý, kto zakúša biedu svojho života a príde k Nemu, rýchlo porozumie, v čom spočíva pravdivý zmysel existencie: zmysel, ktorého istota spočíva v prijatí a prejavovaní lásky. Láska je trpezlivá, chápavá, nehľadá vlastné výhody, neteší sa z bezprávia, nepamätá sa na zlé, ale hľadá pravdu. Všetko

znáša, verí do konca, dúfa, stále pomáha. Nikdy sa neobmedzuje iba na materiálnu pomoc. Uzdravujúca sila lásky je veľká, otvára nás iným ľuďom. Nikto nenachádza lásku a zmysel života sám. Caritas, služba pre človeka, je pomoc k dosiahnutiu šťastia a dobra, čo je naplnenie existencie. Nikdy nie je stratené to, čo je zrodené z lásky. Tam, kde je láska, je stále niekto darujúci a niekto obdarovaný. Viera, nádej a láska sú nositeľmi životného zmyslu, radosti a sily. Každý, kto lásku s vďačnosťou prijíma a uskutočňuje ju, blíži sa k poznaniu a nájdeniu zmyslu svojho života.

7.1.3 Katolícky personalizmus

Landsberg, nemecký filozof, patril k veľkým osobnostiam kresťanského personalizmu, zomrel v koncentračnom tábore. Vyrástol v nemeckom prostredí, myslením i osudom blízky Franklovi, bol jeho súčasníkom. Landsberg sa vyrovnával so zmyslom života, sám totiž v ťažkej situácii počas obdobia fašizmu premýšľal nad samovraždou, ktorú však nakoniec, v súlade so svojou filozofiou, nespáchal. Vo svojej filozofii Landsberg hovorí, že počas života sa človeku odhaľuje, že si je zverený sám do vlastných rúk a že sa má stávať tým, čím svojím bytostným určením je. Prežitím vnútornej skúsenosti, ktorá prichádza, kedy sama chce, prežíva človek vlastný údel a jeho život sa pod jej vplyvom mení. Vnútornú skúsenosť sa človek snaží nahradiť prežívaním vonkajších zážitkov, čo je znamením *„chudobného osudu“* a vedie k bezvýznamnému a nepravému žitiu. Túžba po senzáciách je *„chudobným dušiam“* náhradou prežívania a je príkladom prežitia vnútornej skúsenosti. Takéto pokusy môžu viesť iba k sebaklamu, no nikdy nevedú k znovunaplneniu života. Bezradné hľadanie senzácie nemôže zastrieť, že sa chudoba života a chudoba naozajstného prežívania prehlbuje. Dychtenie našej doby po senzáciách je najistejším symptómom jej infantilného nedostatku pravého prežívania. Ľudská podstata sa zjavuje pred človekom v temnote, na ktorej prahu žije. Stávať sa človekom je to jediné, čo má zmysel. Ľudská personalita je čosi tajomného. Ak sa jedinec obzrie naspäť na predchádzajúce štádiá svojho života, môže sa mu zdať, akoby bol viac alebo menej, ako je teraz. Čím viac sa človek cíti byť sám sebou, tým viac sa cíti človekom. Bytie je takýmto spôsobom zverené iba človeku.[8]

[8] Porov. LANDSBERG *Zkušenost smrti,* s. 34-45.

7.1.4 Vplyv náboženskej viery na zmysel života a zdravie

Křivohlavý uvádza, že o kladnom vplyve viery a dôvery na zdravotný stav človeka sa zmieňujú pramene staré už niekoľko tisíc rokov. Platí to aj v súvislosti s náboženskou vierou.[9] Vplyv viery na zdravie jedinca, na kvalitu jeho života a na jeho zmysel života skúmali mnohé výskumy, z ktorých uveďme aspoň niektoré.

7.1.4.1 Problém pri výskumoch

Vnútorná a vonkajšia viera v psychológii

Halama uvádza, že výskumné zistenia potvrdili určitý vzťah medzi religiozitou a zmyslom života, tento vzťah bol však väčšinou slabý a nejednoznačný. Hlbšie vzťahy ukázali tie výsledky výskumov, ktoré sa snažili religiozitu, vzhľadom na jej niektoré aspekty, diferencovať. Tak sa preukázal napríklad vzťah zmysluplnosti v živote so zvnútornenou, ale nie vonkajškovou religiozitou. Preukázal sa aj vzťah medzi vnútorným náboženským presvedčením a malým strachom zo smrti, čo však nezáviselo od náboženského správania.[10] Rojková porovnávala okrem iného zvnútornenú a vonkajškovú náboženskú orientáciu a zistila, že veriaci vysokoškoláci so zvnútornenou náboženskou orientáciou majú menšie obavy z následkov vlastnej smrti ako jedinci s vonkajškovou náboženskou orientáciou.[11]

Křivohlavý uvádza, že počiatočné problémy s vedeckým skúmaním vplyvu viery na život a zdravotný stav človeka sa v 20. storočí vyriešili. Zadefinovali sa fenomény v oblasti viery. Prvými kritériami boli merateľné prejavy viery: návšteva kostola a jej frekvencia. Neskôr sa prešlo ku presnejším kritériám. William James Hall zaviedol dotazníkom upresnenie, v ktorom rozlišuje dve rôzne kvality života viery: vnútorné a vonkajšie. Vnútorná viera (in-

[9] Porov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví.* 1. vyd. Praha: Portál, 2001, s. 155.
[10] Porov. HALAMA Teoretické a metodologické prístupy. *Československá psychologie,* s. 222-224.
[11] Porov. ROJKOVÁ, K. Strach zo smrti u vysokoškolákov a niektoré jeho koreláty. Diplomová práca pod vedením M. Stríženca. Trnava: FH TU, 2001/2002. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. s. 8.

trinsická) je taká, ktorá vychádza z hĺbky vnútra človeka, ako jeho bytostné presvedčenie, ktorému verí a podľa ktorého žije. Vonkajšia viera (extrinsická) má síce vonkajšiu podobu viery, ale v pozadí je možno zistiť „nezdravé" (napríklad sociálne, zvykové, zištné) motívy. K diagnostikovaniu dvoch druhov viery zostavil Allport dotazník, ktorý bol v 20. storočí často používaný a podľa ktorého boli vypracovávané aj ďalšie obdobné dotazníky. Stále častejšie sa používa v týchto výskumoch škálovanie – obdobného druhu ako vo forme VAS (Visual Analogous Scale), ktoré sa používajú v klinickej praxi pri meraní bolesti.[12]

Vnútorná a vonkajšia viera v religionistike

Rozlíšenie medzi dvoma druhmi viery je dnes prijímané aj v religionistike, napríklad prof. Halík hovorí, že *„...viera nie je to isté ako „presvedčenie", systém názorov, ktorými vieru v dejinách vyjadrujeme. Angličtina jasne rozlišuje medzi „faith"-vierou a „belief"-presvedčením, aj keď sa obe kategórie potom prekrývajú v slovesnom tvare, pretože „faith" nemá adekvátne sloveso a musí si vypožičať „believe"*. Ďalej Halík pokračuje, že už scholastická teológia rozlišovala medzi vierou, ktorou dôverujeme Bohu, a vierou, ktorou veríme a vyznávame, že Boh je, a vierou, s ktorou prijímame, čo nám Boh zjavil.[13]

Rozdiel medzi náboženstvom a vierou v religionistike

V tejto súvislosti je dobré hovoriť o rozdielnosti medzi náboženstvom a vierou. Halík hovorí, že systém náboženských presvedčení je šatníkom viery, odráža vkus a štýl jednotlivých epoch a kultúr, ktorými viera prechádza. Náboženstvo je hlbinnou štruktúrou spoločnosti a jej kultúry, stavia a integruje ľudský svet – viera prekračuje hradby. Náboženstvo je domov, do ktorého sa človek rodí, viera je však vecou voľby, rozhodnutia, slobodnej odpovede na povolanie. Zatiaľ čo v katolíckej tradícii vždy prevládala tendencia posilňovať harmóniu medzi vierou a náboženstvom, reformačná tradícia bola od počiatku za napätie medzi nimi – to, čo je špecificky kresťanské, oslobodiť od všeobecného náboženského substrátu.[14]

[12] Porov. KŘIVOHLAVÝ *Psychologie zdraví,* s. 156-157.
[13] Porov. HALÍK *Co je bez chvění, není pevné,* s. 84-85.
[14] Porov. *ibid,* s. 127-128.

7.1.4.2 Výskumy o vplyve náboženskej viery na zmysel života a zdravie

Touto problematikou sa zaoberá okrem iného prof. Křivohlavý v publikácii *Psychológia zdraví*, ako aj niektoré výskumy urobené v rámci diplomových prác na Katedre psychológie Trnavskej univerzity na Slovensku, ktoré boli uverejnené v zborníku vedeckej konferencie pod názvom *Logoterapia – psychológia pre tretie tisícročie*, ktorá bola 30. – 31. 5. 2003 vo Svite. K citácii je pridané aj meno vedúceho diplomovej práce, čo dodáva citácii väčšiu vierohodnoť prameňa.

Vplyv viery na zmysel života

V kapitole 3.4.1 je uvedený výskum na vzorke 946 respondentov, ktorý okrem iného ukázal, že veriaci prežívajú život zmysluplnejšie ako neveriaci a že jedinci v duchovnom povolaní prežívajú zmysel života v rovnako veľkej miere ako ostatní pracujúci, a to i napriek tomu, že nežijú v prostredí rodiny a nemajú naplnené všetky potreby, čo sa týka napríklad sexuality alebo slobody.

Záhorová pri analýze vzťahu medzi jednotlivými druhmi náboženskej orientácie a osobnostnými charakteristikami zistila, že pozitívny obraz Boha vykazuje pozitívny vzťah k zmysluplnosti, čo môže naznačovať aj určitú súvislosť „zdravej" religiozity a salutoprotektívnych činiteľov, ako sú zmysluplnosť života a zvládanie života.[15]

Búšovská vo výskume s adolescentmi zistila, že ich religiózna orientácia súvisí s noetickou dimenziou osobnosti. Zvnútornená religiozita pozitívne koreluje s viacerými škálami testu noodynamiky. Ďalej tiež zistila, že pre ženy je otázka zmyslu života dôležitejšia ako pre mužov.[16]

Priamo k otázke vzťahu viery a zmyslu života uveďme závery Hurtovej, ktorá v rámci výskumu, v ktorom skúmala vzťah medzi religiozitou a spokojnosťou so životom u slovenských vysokoškolákov, okrem iného zis-

[15] Porov. ZÁHOROVÁ, M. Niektoré aspekty duševného zdravia a religiozita. Diplomová práca pod vedením M. Stríženca. Trnava: FH TU, 1998/1999. In ČMÁRIKOVÁ *Logoterapia,* s. 9.
[16] Porov. BÚŠOVSKÁ, A. Niektoré atribúty zmysluplnosti života adolescentov. Diplomová práca pod vedením E. Naništovej. Trnava: FH TU, 1999/2000. In ČMÁRIKOVÁ *Logoterapia,* s. 3.

tila, že vysoko religiózni študenti dosiahli vysoké skóre v pripisovaní zmyslu, účelu a cieľa svojmu životu.[17]

Petríková pri výskume zmysluplnosti života u ľudí s nevyliečiteľnou chorobou tiež zistila, že čím zmysluplnejší život prežívajú pacienti, tým intenzívnejšie je ich prežívanie osobnej blízkosti Boha a zároveň vykazujú vyššiu spokojnosť s uskutočňovaním životného zmyslu.[18]

Vplyv viery na životnú spokojnosť

Koeing výskumom, ktorý robil v Severnej Karolíne, dotazníkom životnej spokojnosti na vzorke 863 respondentov starších ako 75 rokov zistil, že ľudia, ktorí sa častejšie modlia, čítajú Bibliu a zúčastňujú sa na bohoslužbách, mali životnú spokojnosť vyššiu.[19]

Už v spomínanom výskume, v ktorom Hurtová skúmala u slovenských vysokoškolákov vzťah medzi religiozitou a spokojnosťou so životom, dospela aj k ďalším výsledkom. U vysokoškolákov s vyššou religiozitou sa preukázala väčšia spokojnosť so životom ako u stredne a nízko religióznych študentov. Vysoko religiózni študenti dosiahli vysoké skóre aj v pripisovaní zmyslu, účelu a cieľa svojmu životu.

Vplyv viery na kvalitu života

Christopher G. Ellison zistil, že dospelí ľudia (do 65 rokov), ktorí vykazujú charakteristiky vnútornej viery, hodnotia celkovo kvalitu svojho života vyššie než ostatní.[20]

Vplyv viery na zdravý životný štýl

Zdravý životný štýl sa vyznačuje tým, že v ňom nie sú obsiahnuté také faktory, ako sú napríklad fajčenie, drogy alebo alkohol. Desmond a Meddux zistili, že viera niekoľkokrát zvyšovala úspešnosť odvykacej liečby od drogovej závislosti a efekt liečby robila trvalejší. Výsledky výskumu v Severnej Karolíne uskutočnenom na vzorke 4000 ľudí ukázali, že u tých, ktorí nechodia do kostola, nemodlia sa a nečítajú Bibliu, sa vyskytuje fajčenie deväťdesiatkrát častejšie.[21]

Vplyv viery na zvládanie stresu

Křivohlavý poukazuje na výskumy Mattona, Koeniga, Pargamenta, spoločný výskum Neala Krausa a Than Van Trona a spoločný výskum Keoniga, Pargamenta a Nielsena.[22]

Matton hľadal faktory, ktoré boli oporou pre rodičov, ktorým v nedávnej dobe zomrelo dieťa, a zistil, že často uvádzajú ako oporu kresťanskú vieru.

Koenig pomocou metódy RCI (Religous Complex Index) zistil, že 24% mladších a 42% starších hospitalizovaných pacientov uvádza, že im kresťanská viera pomáha pri zvládaní ťažkostí, súvisiacich s chorobou, pričom 90 % uviedlo, že im to aspoň trochu a 70% uviedlo, že im to výrazne pomohlo. Ďalej sa ukázalo, že veriaci, modliaci sa a čítajúci Bibliu majú väčšiu kontrolu nad tým, čo sa s nimi fyzicky a psychicky deje. Ďalej sa ukázalo, že šesť mesiacov po prepustení z nemocnice majú bývalí pacienti s vnútornou vierou nižšiu mieru depresie.

Pargament zistil na 586 pacientoch, že 78% z nich uvádzalo vieru ako veľkú pomoc a oporu pri zvládaní ich ťažkostí. Uvádzali, že im viera dáva určitý druh „nadhľadu“. Veriaci používajú menej často stratégiu vyhnutia sa konfrontácii a stratégiu odvedenia pozornosti od problému. Veriaci sú v relatívne lepšom emocionálnom stave.

Neal Kraus a Than Van Tron zistili, že viera dáva väčšiu mieru sebavedomia a poskytuje im silu a odolnosť, aby nepodľahli ťažkostiam.

Keonig, Pargament a Nielsen u 577 mužov a žien zistili, že čím je u týchto jedincov väčší podiel stratégií, na ktorých sa spolupodieľa viera, tým je u nich nižšia depresívna symptomatika. Poukázali aj na to, že negatívna, falošná viera (napríklad, že pacienta niekto trestá) depresiu zvyšuje.

Adamčíková zistila, že veriaci častejšie používajú náboženské stratégie, pričom tieto stratégie najviac pomáhajú aktívnym veriacim. Pri náročných životných situáciách bola spomedzi všetkých mechanizmov zvládania viera u veriacich na druhom mieste. Použitie náboženských stratégií zvládania pod-

[17] Porov. HURTOVÁ, A. Vzťah medzi religiozitou a spokojnosťou so životom. Diplomová práca pod vedením M. Stríženca. Trnava: FH TU, 1999/2000. In ČMÁRIKOVÁ *Logoterapia,* s. 4.
[18] Porov. PETRÍKOVÁ, F. Prežívanie zmyslu života u ľudí s nevyliečiteľnou chorobou. Diplomová práca pod vedením E. Klčovanskej. Trnava: FH TU, 2001/2002. In ČMÁRIKOVÁ *Logoterapia,* s. 7.
[19] Porov. KŘIVOHLAVÝ *Psychologie zdraví,* s. 157.
[20] Porov. *ibid.*
[21] Porov. *ibid,* s. 157-158.
[22] Porov. *ibid,* s. 158-160.

poruje aj ďalší systém nenáboženských systémov zvládania náročných životných situácií.[23]

Kukučková zistila, že u starých ľudí vo veku od 60-75 rokov má náboženské zvládanie významné miesto v procese zvládania náročných životných situácií. Zvnútornený typ religiozity koreluje s viacerými premennými z oblasti zvládania náročných životných situácií, riešenia významných problémov, duševného zdravia a kvality života.[24]

Vplyv viery na depresiu

Koenig so svojím kolektívom zistili, že čím je u daného jedinca vyššia miera vnútornej viery, tým je u neho menšia depresia. Tieto výsledky platia zvlášť u mužov so zvláštnymi somatickými zdravotnými problémami.[25]

Juhásovej sa vo výskume, v ktorom zisťovala vzťah medzi depresivitou a typom religiozity, ako aj štýlom náboženského zvládania, nepotvrdilo, že existuje vzťah medzi mierou depresivity a náboženskými štýlmi zvládania. Zistila, že existuje vzťah medzi zvnútornenou vierou a podriaďovaním ako náboženským štýlom zvládania. Zistila, že existuje vzťah medzi pocitmi viny a obavami pred Bohom, medzi hodnotením a trestaním od Boha, medzi predstavou Boha a mierou depresivity.[26]

Vplyv viery na vysoký krvný tlak a na kardiovaskulárne ochorenia

Koenig v rámci širšej štúdie u 3963 ľudí zistil, že jedinci s vyššou mierou vnútornej viery mali nižší krvný tlak. Oxman sledoval pacientov na chirurgickom oddelení, ktorí podstúpili operáciu na otvorenom srdci. Z 232 sledovaných pacientov počas 5 mesiacov po operácii nezomrel ani jeden z tých, ktorí sa považovali za „hlboko veriaceho“, zomrelo 5% z tých, ktorí navštevovali kostol občas a 12% z tých, ktorí uvádzali, že nechodili do kostola nikdy.[27]

[23] Porov. ADAMČÍKOVÁ, M. Nábožensk é zvládanie náročných životných situácií. Diplomová práca pod vedením E. Klčovanskej. Trnava: FH TU, 1998/1999. In ČMÁRIKOVÁ *Logoterapia,* s. 2.
[24] Porov. KUKUČKOVÁ, E. Vplyv religiozity na zvládanie záťaže u starých ľudí. Diplomová práca pod vedením M. Stríženca. Trnava: FH TU, 200/2001. In ČMÁRIKOVÁ *Logoterapia,* s. 5.
[25] Porov. KŘIVOHLAVÝ *Psychologie zdraví,* s. 160.
[26] Porov. JUHÁSOVÁ, M. Obraz Boha u depresívnych pacientov – kresťanov. Diplomová práca pod vedením M. Stríženca. Trnava: FH TU, 2001/2002. In ČMÁRIKOVÁ *Logoterapia,* s. 5.

Vplyv viery na biologickú imunitu

Koenig a kolektív urobil v Severnej Karolíne výskum na vzorke 1718 ľudí, v ktorej sledoval proteín IL-6 v krvnom sére. Ten je biologickým značkovačom činnosti imunitného systému. Zisťoval počet ľudí, u ktorých prekračuje hladina proteínu povolenú hranicu. Zistil, že najväčší počet ľudí s hladinou nad povolenú hranicu bol z tých, ktorí nenavštevovali nijakú cirkev. Potom nasledovali tí, ktorí navštevovali nejakú cirkev aspoň raz mesačne. Najlepšie výsledky dosiahla skupina ľudí, ktorí navštevovali nejakú cirkev aspoň raz týždenne.[28]

Vplyv viery na dĺžku života[29]

Strawbridge sledoval po zdravotnej stránke skupinu s počtom 5286 ľudí v priebehu 28 rokov. Keď skupinu rozdelil na tých, ktorí do kostola chodili, a tých, ktorí do kostola nechodili, zistil, že druhá skupina vykazuje o 23% vyššiu úmrtnosť. Potom rozdelil celkovú skupinu na tých, ktorí chodili do kostola najmenej raz za týždeň, a na tých, ktorí chodia do kostola maximálne raz za mesiac, a zistil, že druhá skupina má mortalitu o 36% väčšiu.

Larson analyzoval 64 publikovaných prác v rozmedzí rokov 1933-1995, v ktorých sa pozoroval vzťah viery a dĺžky života, a zistil, že v 70% štúdií bolo konštatované, že veriaci človek žije dlhšie (najvyšší priemerný vek dosahovali mormoni, adventisti a presbyteriáni).

Goldbourt pozoroval priemerný vek veriacich a neveriacich Židov v Izraeli a zistil, že veriaci Židia mali o 20% nižšiu mortalitu ako Židia neveriaci.

7.1.5 Zhrnutie

Franklova chápanie potreby zmyslu života je blízke učeniu katolíckej viery o cieli človeka a jeho zmysle života, čo je viditeľné napríklad pri porovna-

[27] Porov. KŘIVOHLAVÝ *Psychologie zdraví,* s. 160.
[28] Porov. *ibid,* s. 160-161.
[29] Porov. *ibid.*

ní s katolíckym katechizmom alebo pri porovnaní s tézami biskupa Mosera či pri porovnaní s Landsbergom, predstaviteľom katolíckeho personalizmu. Možno hovoriť aj o kladnom vplyve náboženskej viery a dôvery na zdravotný stav človeka, na kvalitu jeho života a na jeho zmysel života. Niet divu, že mnohí chcú vidieť vo Franklovej logoterapii obhajobu Boha a Boha ako to, k čomu človek v živote smeruje. Za poznámku stojí tiež fakt, že Frankl vychádza z tej istej hodnotovej fenomenológie Schelera, z ktorej vychádzal vo svojej doktorskej práci súčasný pápež Karol Wojtyła.[30] Je potrebné povedať aj to, že hoci viera nepochybne pomáha človeku nájsť zmysel života, v konkrétnom živote viery je človek vystavený mnohým otázkam a pochybnostiam.[31]

I napriek tomu, že existenciálna analýza v sebe priamo či nepriamo obsahuje pojem transcendentna a že ju niektorí spájajú s vierou v Boha, logoterapeut nie je žiadnym duchovným pastierom. Pojem duchovného pastiera patrí do oblasti náboženského života a jeho práca napĺňa náboženské potreby človeka. Názvom knihy *Lékařská péče o duši* sa Frankl nestavia do roly duchovného pastiera, ale chce v dobe, keď to bolo potrebné, v zmätku a v zbesilosti vojny zdôrazniť, že človek sa má starať aj o dušu.[32]

7.2 Svedomie

Pre Frankla je pojem svedomia jedným z kľúčových, lebo svedomie vedie človeka v hľadaní zmyslu a je schopnosťou odhaliť zmysel, skrytý v každej jedinečnej a neopakovateľnej situácii.[33] Historický prehľad názorov na svedomie je čerpaný z knihy *Súčasná psychológia náboženstva* od Stríženca.[34] Ďalej sú aj, pre porovnanie, uvedené iné pohľady na svedomie, pričom najväčšia pozornosť je venovaná chápaniu svedomia u Freuda.

[30] Porov. LETZ, J. *Metafyzika a ontológia. Príspevok k tvorbe kreačno-evolučnej ontológie.* 1. vyd. Edícia Filozofickej sekcie zv. 3. Bratislava: ÚSKI, 1993, s. 137.

[31] U mnohých ľudí napríklad existuje veľká priepasť medzi tým, čo od kresťanskej viery očakávajú, a tým, čo prežívajú v skutočnosti. Z pravidelného prísunu kníh, kázní a osobných svedectiev, sľubujúcich víťazstvo a úspech, sa dozvedajú, že majú očakávať dramatický dôkaz Božieho pôsobenia vo svojom živote. Ak takýto obraz nevidia, cítia sa sklamaní, zranení a nezriedka aj vinní. Na svoje rozčarovanie zistia, že s Bohom je to inak ako u ostatných osobných vzťahov. Nikdy Boha nevidia, nepočujú, necítia, nezakúsia základné prvky vzťahu. Nakoniec uvažujú, že buď teda niečo nesedí v tom, čo počuli, alebo nie je čosi v poriadku s nimi samými. (Porov. YANCEY, P. *Sklamanie z Boha.* Bratislava: Porta libri/Návrat domov, 2001, s. 9.)

[32] Porov. RINGEL *Einführung in die Grundprobleme der Neuose,* s. 118.

[33] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Leien,* s. 182 (čes. vyd.: s. 19).

7.2.1 Svedomie v staroveku

U Homéra, ako hovorí Komorovský, je blízkym pojmom svedomia hanba a stud. Prvým, ktorý sa zaoberá svedomím je Sokrates, ktorý chápe svedomie ako vnútorné božstvo, ktoré posudzuje iba budúce konanie. Cicero nazýva svedomie slovom *„conscientia"* čiže spoluvedenie, súčasné uvedomovanie si. Pre ľudí v staroveku predstavuje svedomie (nie pod týmto názvom) osobitný jav vyhradený ľudskému ja.[35] Od 1. storočia pred Kristom je pokus svedomie teoreticky popísať pojmami ako „*samozákonnosť a čistota."*[36]

7.2.2 Svedomie v kresťanskej teológii

V súčasnej kresťanskej teológii je svedomie, v širšom slova zmysle, chápané ako schopnosť ľudského ducha spoznať etické hodnoty, prikázania a zákazy. V Starom zákone pojem svedomia chýba. V Novom zákone chýba tento pojem tiež, ale funkciu svedomia nahrádza v semitskom ponímaní srdce ako centrum osoby a Pavol apoštol myslí pod týmto pojmom zákon vpísaný do sŕdc ľudí, ktorý je kontrolnou inštanciou a konkrétnou normou, ktorá je v súlade so zákonmi Božími. Cirkevný otec Origenes nazýva svedomie „ duchom" (*„pneuma"*). Podľa Augustína je svedomie to najvnútornejšie v človeku, kde človek pravdivo spoznáva Božiu vôľu a kde človek

[34] Heller hodnotí Strížencovu knihu pozitívne, vyčíta mu iba, že nereflektuje hranice, možnosti a úskalia novopozitivistického prístupu. (Porov. HELLER, J. Stríženec: Psychológia náboženstva. Recenzia. *Československá psychologie,* 1997, roč. 41, č. 3, s. 276 [276]) Křivohlavý knihu považuje za serióznu. (Porov. KŘIVOHLAVÝ. J. Stríženec: Psychológia náboženstva. Recenzia. *Československá psychologie,* 1997, roč. 41, č. 3, s. 277 [277]).

[35] Porov. STRÍŽENEC *Súčasná psychológia náboženstva,* s. 46.

[36] *„...Eigenständigkeit und Reinheit..."* BISER, E. – HAHN, F. – LANGER, M. *Der Glaube der Christen. Band 2: Ein ökumenisches Wörterbuch.* München-Stuttgart: Pattloch-Calwer Verlag, 1999, s.165.

počuje božie výzvy. Tomáš Akvinský rozlišuje medzi aktom svedomia a schopnosťou svedomia (*„conscientia"* a *„synderesis"*), čo je prijímané v etike dodnes.[37]

7.2.3 Svedomie v katolíckej teológii

V katolíckej teológii sa v minulosti chápalo svedomie iba ako záležitosť rozumu. Súčasná katolícka teológia zastáva celostný názor na svedomie a považuje ho za miesto stretávania Boha s človekom, ako zvláštnu inštitúciu, poslednú záväznú normu, ktorá však vyžaduje stálu komunikáciu s prostredím a je odkázaná na Božie vedenie. V súvislosti s výchovou svedomia sa diskutuje o otázkach pochybnosti a omylov svedomia. Svedomím a autoritou v katolíckej cirkvi sa zaoberal Cascales, ktorý venoval osobitnú pozornosť otázke spoľahlivosti svedomia.[38]

7.2.4 Problémy súvisiace so svedomím

Vo viacerých náboženských systémoch sa vnútorný hlas svedomia považuje za hlas Boha, a preto aj za spoľahlivé vodidlo správania a za poslednú a najvyššiu normu. Svedomie sa však môže aj mýliť. Vyplýva to z toho, že u rozličných ľudí, v rámci tej istej spoločnosti, je často odlišné a jednotlivci uznávajú, popri spoločnosťou uznávanom pravidle, rôzne výnimky. Zlyhanie svedomia v zložitých morálnych otázkach môže byť aj dôsledkom nedostatku poznatkov umožňujúcich rozhodnúť o optimálnej alternatíve výberu. V morálnej teológii sa hovorí aj o bezradnom a o bludnom (zmätenom, úzkostnom a laxnom) svedomí. So svedomím úzko súvisí napríklad kriminalita. Gareis pri skúmaní vzťahu religiozity a kriminality zistil, že z väzňov je len 4 % praktizujúcich veriacich. Pri mladistvých delikventoch nemalo 65 % z nich v rodine žiadnu náboženskú výchovu alebo malo len vlažnú (chýbal najmä náboženský vzor otca). U väzňov bol silne narušený proces socializácie (2/3 z nich vychovávali cudzí ľudia) a u 80 % sa dokázali vývinové poruchy vo včasnom detstve, čo viedlo k absencii pocitu viny. Deprivácia svedomia sa

[37] Porov. *ibid.*
[38] Porov. STRÍŽENEC *Súčasná psychológia náboženstva,* s. 46-47.

prejavuje v zníženom pocite zodpovednosti za iných a v nekritickom sledovaní egoistických pudových impulzov.[39]

7.2.5 Iné pohľady na svedomie

Podľa intuicionizmu je svedomie vrodenou, intuitívnou schopnosťou určujúcou posudzovanie dobrého a zlého. Empirizmus považuje svedomie za kumulatívne, subjektívne vyvodené z minulej skúsenosti a dávajúce smer budúcemu správaniu.[40] Hartl hovorí, že hoci bolo svedomie pôvodne stotožňované s hlasom božím a chápané ako súčasť ľudskej prirodzenosti, súčasná psychológia považuje svedomie za kultúrne a sociálne podmienenú zložku osobnosti, osvojenú učením.[41] Komorovský hovorí, že svedomie muselo byť dané človeku s jeho ľudskou prirodzenosťou a nemohlo vzniknúť sociálnym stykom, lebo bez rozlišovania medzi mravne dobrým a mravne zlým sa nemôžu sformovať spoločenské normy správania.[42] Extrémne názory o vrodenosti, respektíve výlučnom vplyve výchovy, sú dnes už neudržateľné a presadzuje sa názor o určitých vlohách, ktoré sa aktivizujú výchovou. [43]

7.2.6 Svedomie v súčasnej psychológii

Súčasná psychológia reflektuje problém svedomia, pretože svedomie má veľmi významnú úlohu v myslení a rozhodovaní človeka a je dôležitým faktorom v determinácii jeho správania. Hartl hovorí, že svedomie je forma prežívania, morálneho hodnotenia vlastných činov, motívov a citov.[44] Stríženec hovorí, že svedomie je intuitívna (nevedomá) schopnosť, ktorá vedie človeka pri riešení životných problémov a pri cítení zodpovednosti za vlastný život, je hlasom transcendencie, je vnútorné posudzovanie hodnoty vlastných činov človeka, záväzne chápaný systém hodnôt či noriem, ktorých plnenie ale-

[39] Porov. *ibid,* s. 47.
[40] Porov. *ibid.*
[41] Porov. HARTL – HARTLOVÁ *Psychologický slovník,* s. 577.
[42] Porov. HALAMA, P. Problém svedomia v existenciálnej analýze a logoterapii V. E. Frankla. *Filozofia,* 2002, roč. 57, č. 3, s. 206-212 [206].
[43] Porov. STRÍŽENEC *Súčasná psychológia náboženstva,* s. 47.
[44] Porov. HARTL – HARTLOVÁ *Psychologický slovník,* s. 577.

bo neplnenie vedie k „sebaodmeňovaniu“ alebo „sebatrestaniu“ (výčitkám svedomia, prežívaniu pocitu viny). Ide o posudzovanie morálnej kvality vlastných úmyslov a činov, o zmysel pre dobro a zlo. Z vývinovo-psychologického hľadiska je svedomie výsledkom procesu zvnútorňovania vonkajších hodnôt a zameraní, ovplyvňovaného smerovaním a štýlom výchovy, ako aj citovou klímou v rodine, sociálnymi životnými podmienkami a spoločenskými normami.[45] Psychológia osobnosti sa snaží poskytnúť chápanie svedomia ako inštitúcie osobnosti, ktorá je zdrojom morálneho hodnotenia a rozlišovania. Psychológia náboženstva analyzuje svedomie vzhľadom k náboženskému prežívaniu, životnému štýlu a normám človeka a rozoberá funkciu, štruktúru a zrelosť svedomia. Komorovský poukazuje na imanentnosť a transcendentnosť svedomia.[46] Weber rozlišuje tri zložky svedomia: obsah (vedomosť o dobre a zle a citové hodnotenie), uplatnenie (aplikácia morálnych princípov) a zážitok (prežívanie varovania, výčitiek, niečoho, čoho sa nemôžeme zbaviť). Ďalej rozlišuje svedomie predchádzajúce (nabáda alebo varuje) a následné (schvaľuje alebo odsudzuje). Trýznivé sebavýčitky predstavujú zážitok svedomia s maximálnou intenzitou. Piaget a Kohlberg hovoria o svedomí v súvislosti s vývinom „morálneho úsudku“. Všeobecne uznávaná definícia svedomia, ako hovorí Stríženec, však chýba.[47]

Behaviorizmus, ktorého filozofickým základom je mechanistický materializmus, má svoju teóriu založenú na Watsonovej schéme podnet – reakcia[48] s dôrazom na proces učenia, ktorý formuje spôsoby reagovania a odpovedí na podnety. Svedomie sa potom chápe ako súbor naučených odpovedí na určité sociálne podnety.[49]

7.2.7 Svedomie v psychoanalýze a u Freuda

Psychoanalýza je založená na technike odhaľovania a uvedomovania nevedomých psychických komplexov.[50] Hartl hovorí, že svedomie je podľa Freuda charakterizované ako súčasť superega, ktoré prevádza príkazy a výčitky na ego.[51] Komorovský tiež hovorí, že Freudova psychoanalýza dáva svedomie do súvislosti so superegom, najvyššou zložkou osobnosti, vyformovanou rodičovskými odmenami alebo trestami.[52] Halama píše, že u Freuda má superego za úlohu pomáhať egu tlmiť pudovú energiu nevedomia a vnucovať človeku morálne ciele a že pôvod superega vidí Freud v detstve človeka. Dieťa si zvnútorňuje rodičovské hodnoty a spoločenské normy, ktoré sa cez tresty a odmeny stávajú vnútornými hodnotami a ideálmi. Svedomie je teda výsledkom procesu preberania rodičovských a spoločenských hodnôt, je výsledkom minulého pôsobenia autorít a funguje na princípe trestu (strach a pocit viny) a odmeňovania (pocit spokojnosti).[53]

Freud sám hovorí, že svedomie je spolu so sebapozorovaním a funkciou ideálu súčasťou superega. Človek cíti, že by rád urobil niečo, čo by mu mohlo spôsobiť slasť, ale neurobí to s odôvodnením, že mu to nedovoľuje svedomie. Alebo v očakávaní slasti urobí niečo, od čoho ho svedomie odrádza a po čine ho trestá svedomie výčitkami. Svedomie nie je v človeku od úplného začiatku života (opakom je sexualita, ktorá od začiatku je). Dieťa je amorálne, nemá vnútorné zábrany, ktoré by tlmili jeho vlastné popudy smerujúce k slasti. Autorita rodiča prejavuje lásku alebo trestá. Trest vyvoláva u dieťaťa strach a ukazuje mu, že stratilo lásku rodiča. Táto reálna úzkosť je predchodkyňou neskoršej úzkosti z výčitiek svedomia. Pokiaľ vládne táto reálna úzkosť, nie je potrebné hovoriť ani o superegu, ani o svedomí. Až neskoršie sa vytvára druhotná situácia, ktorá spočíva v tom, že vonkajšie zabraňovanie je zvnútornené, keď namiesto rodičovskej inštancie nastupuje superego. Superego tak preberá moc, funkciu a metódy rodičovskej inštancie. To, čím sa superego od rodičovskej inštancie odlišuje, je, že superego obsahuje jednostranne iba tvrdosť a prísnosť rodičov, a nie ich láskavú starostlivosť.[54]

Freud ďalej hovorí, že systém odmien a trestov, spočívajúcich v prejavoch lásky a trestov pestuje v dieťati vedomie jeho sociálnych povinností, poúča ho, že jeho životná bezpečnosť závisí od toho, aby ho rodičia a potom aj ostatní ľudia milovali a mohli veriť v jeho lásku k nim. Všetky tieto pomery

[45] Porov. STRÍŽENEC *Súčasná psychológia náboženstva,* s. 47.
[46] Porov. HALAMA Problém svedomia. *Filozofia,* s. 206.
[47] Porov. STRÍŽENEC *Súčasná psychológia náboženstva,* s. 46-47.
[48] Porov. JANOUŠEK, J. – HOSKOVEC, J. – ŠTIKAR, J. *Psychologický výkladový atlas.* Praha: Vydavatelství UK Karolínum a Academia, 1993, s. 252.
[49] Porov. STRÍŽENEC *Súčasná psychológia náboženstva,* s. 47.
[50] Porov. JANOUŠEK – HOSKOVEC – ŠTIKAR *Psychologický výkladový atlas,* s. 255.
[51] Porov. HARTL – HARTLOVÁ *Psychologický slovník,* s.577.
[52] Porov. STRÍŽENEC *Súčasná psychológia náboženstva,* s. 47.
[53] Porov. HALAMA Problém svedomia. *Filozofia,* s. 207.
[54] Porov. FREUD, S. *Sebrané spisy Sigmunda Freuda. Nová řada přednášek k úvodu do psychoanalýzy. Patnácta kniha.* 1. vyd. Přel. E. Wišňovský a J. Pechar. Praha: Psychoanalytické nakladatelství J. Kocourek, 1997, s. 51-56.

prenáša potom človek bezo zmeny do náboženstva. Zákazy a požiadavky rodičov žijú ďalej v jeho srdci ako svedomie – rovnakým systémom odmeny a trestu riadi ľudský svet Boh a podľa toho, ako ktorý jednotlivec plní etické požiadavky, dostáva sa mu v odpovedajúcej miere ochrany a šťastia. Na jeho láske k Bohu a na vedomí, že ho Boh miluje, sa zakladá aj istota, ktorou sa človek obrňuje proti nebezpečenstvám vonkajšieho sveta. Modlitba mu zaisťuje priamy vplyv na božskú vôľu, a tým aj určitú účasť na Božej všemohúcnosti.[55]

Podľa Rycrofta by sa svedomie nemalo so superegom zamieňať. Svedomie sa od suprega líši tým, že: 1. superego je čiastočne nevedomé, 2. superego obsahuje imperatívy, ktorým sa jedinec nepodriaďuje vedome, 3. príkazy a definície, ktoré zo superega vychádzajú, sú odvodené z minulosti a môžu byť v konflikte so súčasnými hodnotami jedinca, 4. pojmy patria u Freuda do rozličných referenčných rámcov – superego patrí do metapsychológie a svedomie patrí do etiky. Svedomie je potom definované buď ako osobný systém hodnôt, alebo tá časť osoby, ktorú človek prežíva ako hlas morálnych hodnôt. Svedomie vyjadruje iba vedomé hodnoty.[56]

Freud v knihe *Totem a tabu* vysvetľuje povahu a pôvod svedomia a vysvetlenie pojmu svedomia spája s pojmom tabu.[57] Pochopenie tabu osvetľuje

[55] Porov. FREUD *Sebrané spisy. Patnácta kniha,* s. 134-135.

[56] Porov. RYCROFT, CH. *Kritický slovník psychoanalýzy.* Přel. P. Votýpková. 1. vyd. Edice Psychoterapie sv. 5. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1993, s. 130-131.

[57] U Freuda sa tabu rozumie na jednej strane ako niečo posvätné a na druhej strane ako niečo hrozivé, nebezpečné, zakázané a nečisté. *„Tabu je teda spojené s predstavou zdržanlivosti a prejavuje sa tiež predovšetkým v zákazoch a obmedzeniach. Obmedzenia tabu sú čímsi iným, ako náboženskými alebo mravným zákazmi. Neodvodzujú sa od príkazov boha, ale zakazujú sa sami sebou. Od mravných zákazov ich odlišuje to, že nie sú včlenené do systému, ktorý všeobecne hlása a zdôvodňuje nutnosť obmedzenia. Zákazom tabu akékoľvek zdôvodnenie chýba, ich pôvod nepoznáme. Hoci sa nám tieto zákazy zdajú nepochopiteľné, sú samozrejmé tým, ktorí sú im podrobení."* Ciele tabu sú rozličné: majú zaistiť ochranu významných a slabých osôb (náčelníci, kňazi, ženy, deti), ochranu pred nebezpečenstvom (z dotyku mŕtvol, z požívania istých jedál), ochranu nenarodených, ochranu osobného majetku a podobne. Trest za prestúpenie tabu sa necháva vnútornému, samočinne pôsobiacemu zariadeniu. Porušené tabu sa pomstí samo. Ak k tomu pristúpi ešte predstava bohov a démonov, s ktorými sa nadväzuje vzťah, čaká sa od božskej moci automatické potrestanie. V iných prípadoch, pravdepodobne po ďalšom vývoji pojmu, preberá spoločnosť potrestanie opovážlivca, ktorého počínanie uvrhlo jeho druhov do nebezpečenstva. Za zdroj tabu sa pokladá zvláštna magická sila, ktorá lipne na osobách a démonoch, z ktorých sa môže prenášať prostredníctvom neživých predmetov. Ako tabu možno označiť osoby, miesta a stavy. (Porov. FREUD, S. *Totem und Tabu. Einige Übereinstimmungen im Seelenleben der Wilden und der Neurotiker.* Ungekürzt. Ausg. Frnankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag GmbH, 1973, s. 26-30. V českom jazyku je tento titul súčasťou knihy: FREUD, S. *Totem a tabu. Vtip (teoretická část).* 2. vyd. Přel. L. Hošek. Praha: PRÁH, 1991, s.22-24).

povahu a pôvod svedomia. Tabu-svedomie je pravdepodobne najstaršou formou svedomia, s ktorou sa stretávame. Svedomie je vnútorné vedomie o zavrhnuteľnosti istých našich prianí. Dôraz je však v tom, že sa toto zavrhovanie nemusí na nič iné odvolávať, že si je isté sebou samým. Ešte zreteľnejšie je to pri vedomí viny, keď si uvedomujeme vnútorné odsúdenie činu, ktorým sme uskutočnili isté túžby. *„Tabu je príkaz svedomia, ktorého prestúpenie vyvoláva hrozivý pocit viny, ktorý je tak samozrejmý, ako aj záhadný."*[58] Keďže sa tabu prejavuje prevažne v zákazoch, možno vyvodzovať, že jeho základom je istá žiadostivosť. Nie je potrebné zakazovať to, čo nikto netúži robiť. Táto žiadostivosť sa môže objavovať vo vedomí, aj v podvedomí. Napríklad v súvislosti s prikázaním „Nezabiješ!" vyvoláva prestúpenie vo vedomí pohoršenie, ale psychoanalýza zdravých ľudí poukazuje na to, že v podvedomí je pokušenie zabíjať. Tak tabu, ako aj mravný zákaz sú teda psychologicky potrebné. Zákaz tabu a mravný zákaz sú v podstate totožné, psychologicky sa ale môžu líšiť.[59]

7.2.8 Svedomie u Junga

V analytickej psychológii vniesol Jung do systému psychológie osobnosti koncepciu kolektívneho nevedomia. Kolektívne nevedomie (archetypy) obsahuje *„vrodené myšlienky alebo tendencie triediť prežitky podľa vrodených determinovaných vzorcov"*[60] – motívy, symboly, obrazy a pravzory ľudského myslenia a konania. Archetypy nie sú konkrétne spomienky, nemajú obsah – nejde o zdedenú predstavu, ale vzorec. Archetypy dávajú len formu, možnosť istého typu vnímania a správania. V archetypoch vidí Jung okrem iného aj zdroj religiozity – archetypy nabádajú človeka

[58] *„...das Tabu ist ein Gewissensgebot, seine Verletzung läßt ein entsetzliches Schuldgefühl entstehen, welches ebenso selbstverständlich wie nach seiner Herkunft unbekannt ist..."* FREUD *Totem und Tabu,* s. 74 (s. 52).

[59] Porov. *ibid,* s. 74-77 (s. 52-54).

[60] Porov. RYCROFT *Kritický slovník psychoanalýzy,* s. 29.

správať sa religiózne.[61] S archetypmi, ktoré sú zdrojom spoločnej ľudskej múdrosti a skúsenosti, spája Jung aj svedomie, lebo sú pre nás vodidlom a pomocou aj v morálnom uvažovaní a hodnotení a ich ignoráncia môže spôsobovať narušenie našich životov.[62] Otázku zodpovednosti svedomia transcendentnej autorite pokladá Jung za otvorenú.[63]

7.2.9 Zhrnutie

Hoci chýba všeobecne uznávaná definícia svedomia, Frankl ho definuje ako schopnosť človeka, ktorá vedie k odhaleniu zmyslu. Franklovo chápanie svedomia ako intuitívnej schopnosti človeka je blízke intuicizmu. Franklovo pripustenie omylnosti svedomia korešponduje so súčasnými názormi. Potreba výchovy svedomia, o ktorej Frankl hovorí, poukazuje na možnosť pôsobenia sociálneho okolia na formovanie svedomia.

Hoci bol Frankl pôvodne ovplyvnený psychoanalýzou, nemožno nájsť veľa spoločného medzi Franklovým a Freudovým chápaním svedomia. Súvislosti skôr možno nájsť s Jungovým kolektívnym nevedomím.

Franklovo stavanie svedomia na dôležité miesto a vnímania paradoxu, v ktorom svedomie zaväzuje i napriek jeho omylnosti, je totožné s náboženským chápaním svedomia, i keď morálka kladie dôraz na rozpoznávanie dobra a zla, a Frankl hovorí o rozpoznávaní zmyslu.

7.3 Pojem lásky u iných autorov

Frankl rozlišuje tri druhy hodnôt, ktoré môžu dávať životu zmysel. Láska má medzi týmito hodnotami zvláštne postavenie. Frankl hovorí, že láska, v ktorej človek prežíva druhého človeka v celej jeho jedinečnosti a neopakovateľnosti, je cestou, ako možno realizovať zážitkové hodnoty, a tak zmysluplne naplniť svoj život.[64] Pohľady na lásku u Franklových súčasníkov a potom súčasnej psychológie umožňujú porovnanie.

[61] Porov. JACOBI, J. *Psychologie C. G. Junga.* Přel. L. Menšíková a J. Kocourek. 1. vyd. Edice Psychoterapie sv. 2. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1992, s. 22-27.
[62] Porov. HALAMA Problém svedomia. *Filozofia,* s. 207.
[63] Porov. STRÍŽENEC *Súčasná psychológia náboženstva,* s. 46.
[64] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* 131 (čes. vyd.: s. 122).

7.3.1 Láska u Fromma

Erich Fromm (1990-1980), významný americký psychológ a sociológ nemeckého pôvodu, žiak Freuda, predstaviteľ neopsychoanalýzy a humanistickej psychológie. Fromm bol Franklovým súčasníkom a zaoberal sa podobnými témami, najmä teóriou ľudskej slobody, antroplógiou a postavením človeka a jeho odcudzením v súčasnej spoločnosti.

Teória lásky začína teóriou človeka

Každá teória lásky, ako hovorí Fromm, musí začínať teóriou človeka, teóriou ľudskej existencie. Podstatné v ľudskej existencii je to, že sa človek vymanil z pudového prispôsobenia prírody, v ktorej žil, a vďaka rozumu môže nájsť harmóniu. Jedinec si uvedomuje samého seba, svojich blížnych, svoju minulosť a budúcnosť. Najhlbšia potreba človeka je potreba milovať. Vytratí sa tak panický strach človeka pred izoláciou a opustenosťou.[65]

Láska je spojenie pri zachovaní celistvosti

Zrelá láska je spojenie za podmienky zachovania vlastnej celistvosti a vlastnej individuality. Láska je aktívnou silou v človeku, silou, ktorá preráža bariéry, ktoré delia človeka od ostatných ľudí a zjednocuje ho s inými. Láska pôsobí, že človek prekoná pocit izolácie a odlúčenosti, ale i napriek tomu môže byť sám sebou a môže si zachovať svoju celistvosť. V láske dochádza k paradoxu – dve bytosti splynú v jedno, a predsa zostávajú dve.[66]

Láska závisí od zrelosti

Láska nie je stav, ktorý môže ľahko dosiahnuť každý, bez ohľadu na to, ako je pre lásku zrelý. Všetko úsilie o lásku nutne zlyhá, keď sa človek nepokúsi čo najaktívnejšie rozvinúť celú svoju osobnosť, aby dosiahol tvorivú orientáciu. Nájsť uspokojenie v individuálnej láske je nemožné bez schopnosti milovať svojho blížneho, bez skutočnej pokory, odvahy, viery a disciplíny. V takomto kultúrnom prostredí, kde sú tieto schopnosti vzácne, je nutne vzácne aj dosiahnutie schopnosti milovať.[67]

[65] Porov. FROMM, E. *Umění milovat.* Přel. J. Vinař. Praha: Nakladatelství Josefa Šimona, 1996. Ed. Český klub, s. 15-17.
[66] Porov. FROMM *Umění milovat,* s. 27.
[67] Porov. *ibid,* s. 5.

Umenie milovať

Ak sa človek chce naučiť milovať, musí postupovať rovnako, ako keď sa chce vzdelávať v ktoromkoľvek odbore, napríklad v hudbe, maliarstve, medicíne či inžinierstve. Najprv je potrebné zvládnuť teóriu a potom prax. Avšak okrem teoretického a praktického učenia existuje ešte ďalší činiteľ: pre človeka nesmie byť nič dôležitejšie ako umenie milovať. Jeho zvládnutie musí byť pre človeka vecou najzákladnejšej dôležitosti.[68]

7.3.2. Psychoanalytické chápanie lásky

Eros a deštruktívny pud

Freud predpokladá, že existujú len dva základné pudy: Eros a deštruktívny pud. Cieľom Erosu je spájanie, vytváranie, a tak uchovávanie stále väčších celkov. Cieľom deštruktívneho pudu je naopak rušiť súvislosti, a tak veci ničiť. Cieľom deštruktívneho pudu je previesť to, čo je živé, do anorganického stavu, kvôli čomu sa tento pud nazýva pudom smrti. Za predpokladu, že živé sa tu objavilo neskôr než neživé a vzniklo z neho, možno povedať, že sa pud smrti usiluje o návrat k skoršiemu stavu. Pri Erose, pude lásky, nemožno takúto aplikáciu urobiť. Vychádzala by z predpokladu, že živá substancia tvorila kedysi jeden celok, ktorý bol potom roztrhnutý a teraz sa usiluje o opätovné spojenie.[69]

Libido

Je ťažké povedať niečo o správaní sa libida v ono a v nadja. Všetko, čo o tom vieme, je, že sa vzťahuje k ja, v ktorom je na začiatku uložené celé množstvo libida, ktoré je k dispozícii. Tento stav nazývame absolútnym primárnym narcizmom. Trvá tak dlho, pokiaľ ja nezačne libidom obsadzovať predstavy o objektoch a premieňať narcistické libido v libido objektové. Po celý život zostáva ja veľkým rezervoárom, z ktorého je do objektov vysielané libido, ktoré ich obsadzuje, a do ktorých je zase sťahované naspäť. Iba v stave úplnej zamilovanosti sa prevažná časť libida prenáša na objekt a objekt sa do

[68] Porov. *ibid,* s. 12-13.
[69] Porov. FREUD, S. *Sebrané spisy Sigmunda Freuda. Spisy z pozůstalosti 1892-1938. Sedmnácta kniha.* 1. vyd. Přel. M. Kopal. Praha: Psychoanalytické nakladatelství J. Kocourek, 1996, s. 76-77.

istej miery stavia na miesto ja. Jedným, v živote dôležitým charakteristickým rysom je pohyblivosť libida, ľahkosť, s ktorou prechádza z jedného objektu na objekty iné. V protiklade k tomu je fixácia libida na určité objekty, čo často počas života trvá.[70]

Libido pochádza zo somatických zdrojov a „priteká“ do ja z rôznych orgánov a miest tela. Najzreteľnejšie je to na tej časti libida, ktorú označujeme podľa cieľa, ku ktorému pud smeruje, ako sexuálne vzrušenie. Tie miesta tela, z ktorých libido vychádza, označujeme názvom *„erogénne zóny“*. Erogénnou zónou je však vlastne celé telo. To najlepšie, čo o Erose, teda o jeho exponente, o libide, vieme, bolo získané štúdiom sexuálnej funkcie, ktorá sa v bežne rozšírenom význame, i keď nie vo Freudovej teórii, kryje s Erosom.[71]

Psychoanalytická definícia lásky

Psychoanalýza má, tak ako iné smery, problém definovať pojem láska. V literatúre sa pod pojmom láska objavuje Eros ako personifikovaná sila alebo princíp, ďalej pud alebo ako skupina pudov, ktoré sú náchylné ku konfliktom so sebazáchovným alebo deštruktívnym pudom, ďalej afekt, ktorý je opakom nenávisti a nakoniec schopnosť alebo funkcia, ktorá často podľahne inhibícii, perverzii a sublimácii.[72]

Láska poskytuje pudovú satisfakciu

Podľa pudovej teórie sa predpokladá, že všetky formy lásky sú nakoniec odvodené od pudu a že ich funkciou je poskytovať pudovú satisfakciu. Podľa objektovej teórie sa predpokladá, že všetky formy lásky sú prejavom potreby vzťahovať sa k iným ľuďom. Rozdiel medzi láskou, ktorá uznáva potreby a realitu iných ľudí, a láskou, ktorá to nedokáže, obvykle spočíva v rozdiele medzi objektovou láskou a infantilnou, teda závislou láskou. Milovaný objekt je objekt, ktorý subjekt miluje buď v porovnaní s nenávideným, alebo indiferentným objektom, alebo v porovnaní oproti objektu, ktorý potreby uspokojuje. Oidipovská láska je láska k rodičom alebo k človeku, ktorý rodičov nahrádza. Genitálna láska nie je synonymom sexuálneho priania, ale formou lásky, ktorou dokáže milovať osoba, ktorá dosiahla genitálnu úroveň.[73]

[70] Porov. *ibid,* s. 78.
[71] Porov. *ibid.*
[72] Porov. RYCROFT *Kritický slovník psychoanalýzy,* s. 71.
[73] Porov. *ibid.*

Vzťah matky a dieťaťa

Psychoanalytická teória objektných vzťahov zdôrazňuje význam najranejšej väzby dieťaťa s matkou a ukazuje, ako osud tohto vzťahu ovplyvňuje osud všetkých ďalších objektných vzťahov. Človek, ktorý je emocionálne príliš závislý od skorších väzieb a ktorého vnútorné objekty majú prevažne negatívnu podobu, bude so svojimi vonkajšími objektmi zaobchádzať špecifickým spôsobom. Typickým príkladom je napríklad príťažlivosť nedostupného objektu. Len ten, kto neuspokojuje, je ten pravý alebo pravá. Akonáhle sa ale stane dosiahnuteľným, stratí atraktivitu, čo by z hľadiska klasickej psychoanalýzy mohlo byť vysvetlené Oidipovským komplexom.[74]

Výhrady

Růžička upozorňuje na nebezpečenstvo, že láska sa musí brániť psychoterapii, ktorá ju často a trestuhodne vydáva psychologizmu, ktorý premieňa lásku na pudy, inštinkty, vzorce správania či funkcie biosociálnych systémov. Existuje hranica medzi žiadostivosťou, teda psychologickými potrebami, a láskou. Láska, na rozdiel od potrieb, si je svojím najvlastnejším zmyslom, zatiaľ, čo potreby možno redukovať na ďalšie, napríklad biologické „podstaty".[75]

7.3.3 Psychologické koncepcie lásky[76]

Láska je najčastejšie považovaná za hlboký kladný cit. Rubin ju definuje ako postoj zaujímaný jednou osobou voči druhej osobe, ktorý zahŕňa okrem citu aj sklon myslieť a správať sa.

Maslow rozlišuje lásku B (being) a lásku D (deficiency). Láska B je nesebecký vzťah k druhému, ktorý zahŕňa pripravenosť pomáhať druhému k sebaaktualizácii a radosť z jeho úspechov. V láske D ide predovšetkým o uspokojenie vlastných potrieb.

[74] Porov. SRNEC 68. Klinicko-psychologický den. (príspevok: KOCOURKOVÁ, J. Fenomén lásky v teórii objektných vzťahov.) *Československá psychologie,* 1993, roč. 37, č.2, s. 250-254 [251-252].
[75] Porov. SRNEC 68. Klinicko-psychologický den. (príspevok: RŮŽIČKA, J. Láska a psychoterapie.) *Československá psychologie,* s. 252.
[76] Porov. KRATOCHVÍL, S. *Manželská terapie.* 3. roz. vyd. Praha: Portál, 2000, s. 117-119.

Rôzne štúdie, ktoré zhrnul Shope, radia medzi znaky lásky: 1. obdiv ku kvalitám partnera a nevnímanie jeho chýb a nedostatkov, ktoré sa buď ignorujú, alebo sa akceptujú, 2. jednotu prijímania a dávania, 3. túžbu dávať milovanej osobe viac ako iným, 4. vzájomnú emociálnu závislosť a túžbu po duševnej a telesnej dôvernosti, 5. túžbu vytvoriť s milovanou osobou jednotu a celistvosť, 6. znášanlivosť, 7. trpezlivosť, 8. láskavosť, 9. odpúšťanie.

Podľa Libermana a spolupracovníkov, ktorí hľadia na lásku z behaviorálneho hľadiska, sa láska skladá z výmeny príjemných slov a činov, ktorá trvá dlhé obdobie. Láska zahŕňa aj ochotu ku kompromisom pri riešení problémov a tolerantnosť pre slabosti druhého. Manželstvo môže byť úspešné, ak obaja partneri dôsledne používajú správanie a výroky, ktoré spôsobujú, že každý z nich sa cíti oceňovaný a milovaný.

7.3.4 Druhy lásky

Empirické štúdium fenoménu lásky

Srnec hovorí, že psychologická analýza samotného fenoménu lásky má pomerne krátku históriu. Hoci empirické štúdium fenoménu lásky pochopiteľne nepostihuje jej duchovný rozmer, i napriek tomu môže byť prínosné pre klinickú a poradenskú prax. V posledných dvoch desaťročiach sa venuje väčšia pozornosť dotazníkovému zisťovaniu foriem, či štýlov lásky a využitie týchto konštruktov k predikcii kvality a trvalosti vzťahu. Najväčšiu pozornosť pravdepodobne vyvolala pojmová konštrukcia, ktorej autorom je sociológ J. A. Lee. Lee rozlišuje tri primárne štýly lásky: priateľskú (vzájomné rešpektovanie), vášnivú (vzájomné uspokojovanie) a hravú (nezáväznosť). Trojicu sekundárnych štýlov predstavuje láska obetavá (altruistická), pragmatická (očakávajúca praktické výhody) a obsedantná (privlastňujúca si partnera).[77]

Láska romantická a reaktívna podľa Wilea[78]

Wile v súvislosti s úvahami o láske využíva a zaujímavo rozvíja Apfelbaumovo delenie ľudí podľa spôsobov prežívania citových vzťahov na „obchá-

[77] Porov. SRNEC 68. Klinicko-psychologický den. (príspevok: SRNEC, J. Láska jako psychologické téma.) *Československá psychologie,* s. 250.
[78] Porov. KRATOCHVÍL *Manželská terapie,* s. 119-120.

dzačov“ a „narážačov“ (bypassers a nonbypassers) a priraďuje k nemu svoje rozdelenie na lásku romantickú a lásku reaktívnu.

Romantická láska spočíva v idealizácii partnera a je charakteristická pre „obchádzača“. Jedinec je schopný si v nej zachovať pocit intimity bez ohľadu na to, čo sa vo vzťahu skutočne deje. Keď sa objavia rozpory a nezhody, je pripravený ich nevidieť, nezaoberať sa nimi a naďalej udržiavať zdanie bezproblémovej pohody.

Reaktívna láska vyžaduje pocitové zharmonizovanie s partnerom. Pocit intimity prichádza a odchádza, stúpa a klesá v závislosti od toho, čo sa vo vzťahu deje. Tento typ lásky je charakteristický pre „narážačov“, ktorí nemôžu odhliadnuť od nezhôd. „Narážači“ strácajú kladné pocity k svojmu partnerovi, keď nie je zabezpečené primerané prejavovanie záporných pocitov. Aby si mohli zachovať lásku, musia mať možnosť sa posťažovať a podeliť sa o svoje starosti.

Wileovo zaujímavé rozdelenie lásky na romantickú a reaktívnu prispieva k hlbšiemu pochopeniu niektorých stránok citového prežívania v intímnych vzťahoch, je však v odbornej literatúre neobvyklé.

Láska romantická a priateľská[79]

Pri klasifikácii lásky sa častejšie stretávame s polaritou láska romantická a láska priateľská, pričom láskou romantickou sa rozumie emotívne nabitá láska vášnivá a láskou priateľskou pokojný, dlhotrvajúci vzťah citovej zaangažovanosti a oddanosti.

Romantická láska, vášnivá láska, či zamilovanosť je vzrušený emočný stav so zmesou citov, ku ktorým sa počíta nežnosť a sexualita, nadšenie a bolesť, altruizmus a žiarlivosť. Je to stav silnej túžby po spojení s druhým. Ak je vzájomná, je spojená s naplnením, až extázou. Neopätovaná je spojená s prázdnotou, úzkosťou a beznádejou. Radosť a utrpenie, rozkoš a bolesť sa v nej často striedajú a miešajú. Sklon k ilúziám, s tendenciou k idealizácii partnera, ako charakterizoval romantickú lásku Wile, je tiež jedným z dôležitých aspektov. Významnú rolu tu hrá fantázia. Rozvíja sa závislosť od milovanej osoby a úzkosť pri jej neprítomnosti. Aj keď je v romantickej láske veľa obetavosti, je v nej tiež veľa požadovania, očakávania prejavov a dôkazov lásky od partnera a túžba po stálom stupňovaní intenzity emočných zážitkov, ktorá však v skutočnosti – väčšinou pri spoločnom manželskom spolužití – začne nutne klesať.

[79] Porov. *ibid,* s. 120-122.

Priateľská láska je emócia s nižším nábojom, a preto môže byť aj trvalejšia. Je to priateľský vzťah a oddanosť. V protiklade s dramatickou a vášnivou láskou romantickou by sme ju mohli označiť ako pokojná láska. Obsahuje vzájomnú dôveru, oddanosť a porozumenie, prináša pocit bezpečia. Je v nej vzájomné dopĺňanie s rešpektovaním odlišností. V angličtine sa pre ňu výstižne používa slovo caring, tento pojem zahŕňa záujem, starostlivosť, angažovanosť (ako protiklad ľahostajnosti), zdieľanie, pripravenosť pomôcť, trvalý pocit, ktorý môžeme najlepšie vyjadriť vetou „mne na tebe záleží“.

Zamilovanosť a láska[80]

Pre prax je potrebné rozlíšiť zamilovanosť a lásku. Zamilovanosť, ktorá je určitou intenzívne prežívanou, ale prechodnou fázou vzťahu, je dobré ponoriť sa do nej a prežívať ju, pokiaľ pôsobí. Je zároveň potrebné o nej vedieť, že zákonite pominie.

Láska ako relatívne trvalý vzťah, ktorý praje druhému dobro, má radosť z jeho spokojnosti a úspechov a zahŕňa v sebe uspokojovanie vlastných potrieb, akceptáciu, bezpečie i pripravenosť uspokojiť potreby druhému – a podľa svojich možností druhému obetavo pomáhať.

Rodičovská láska

Fenoménom rodičovskej lásky sa psychológia zaoberá od 40. rokov nášho storočia. Rodičovská láska spočíva v trvalom osobnom citovom vzťahu medzi dieťaťom a rodičom a jej nedostatok je spojený s negatívnymi dôsledkami na rozvoj dieťaťa, lebo rodičovská láska významne spoluvytvára vývoj dieťaťa. Nie je rozdiel medzi láskou materskou a otcovskou. Rodičovskou láskou sa zaoberajú, okrem iných psychológov, napríklad R. Spitz, M. Ainsworthová, Z. Matějček, J. Langmeier a J. Bowlby.[81]

[80] Porov. *ibid,* s. 125-126.

[81] Porov. SRNEC 68. Klinicko-psychologický den. (príspevok: ŠTURMA, J. Matěrská láska – vztahy v časném dětství.) *Československá psychologie,* s. 251.

7.3.5 Triangulárna teória lásky[82]

R. Sternberg predložil triangulárnu teóriu lásky, podľa ktorej sú súčasťou lásky tri zložky: dôvernosť, vášeň a oddanosť.

Dôvernosť (blízkosť, intimita) zahŕňa pocity vzájomného úzkeho spojenia s partnerom. Obsahuje vzájomné porozumenie a zdieľanie, poctivé odkrývanie vlastných pocitov s výmenou dôverných informácií, vzájomné poskytovanie si emočnej podpory, snahu všestranne pomáhať druhému i očakávanie pomoci od neho, oceňovanie významu partnera vo vlastnom živote.

Vášeň zahŕňa pudy, ktoré vyvolávajú zamilovanosť a telesnú príťažlivosť. Vedie k sexuálnemu uspokojovaniu. Prináša veľa intenzívnych emócií, zvlášť kladných, ale i záporných (úzkosť, žiarlivosť), často s významnou fyziologickou aktiváciou (búšenie srdca) a so silnou motiváciou k dotykom a k telesnému zblíženiu.

Oddanosť (rozhodnutie, záväzok, angažovanosť). Z hľadiska krátkodobej zameranosti je oddanosť rozhodnutím milovať partnera. V dlhodobej perspektíve je odhodlaním udržať lásku a zostať partnerovi oddaným, angažovať sa vo vzťahu k nemu.

7.3.6 Altruizmus

Altruizmus je nezištná pomoc človeka človeku. Patrí medzi prosociálne správania. Má za cieľ pomôcť druhému, je zameraná na prospech iného človeka. Sú to aktivity ako láskavosť a drobná služba, ktoré „nič nestoja“, až po nasadenie vlastného života. *„K jeho podstatným rysom patrí dobrovoľnosť, nezištnosť a motivácia daná všeobecnou situáciou vo svete a vychádzajúca z ľudskej vzájomnosti.“* Nezištná, obetavá pomoc človeka človeku je témou, ktorá sa vyskytuje v celých dejinách ľudskej kultúry. Dôvod je v tom, že je rýdzo špecifickým prejavom človeka, lebo snáď iba ľudská bytosť je schopná vedomého altruizmu. Altruistické správanie sa kvalitatívne líši od ostatného prosociálneho správania, motivovaného napríklad výchovou osvojenými normami. Zásadný rozdiel je v tom, že nie je spojené s nejakým „preto, že...“ ani „preto, aby...“ ale je to konanie z vnútorného princípu a v tomto zmysle spadá pod Kantov *kategorický imperatív*.[83]

7.3.7 Zhrnutie

Riešenie otázky „byť alebo mať“ rieši Frankl rovnako ako Fromm. Podobnosť je aj v názoroch, že sa človek vymaňuje z pudového diktátu rozumom, že láska spája ľudí navzájom a pritom zachováva individualitu jednotlivca, že sa láske človek musí učiť.

S Freudom si Frankl písal a bol v určitom období fascinovaný jeho spisom *Na druhej strane princípu slasti*. Neskoršie však Frankl vstupoval s Freudom do konfrontácie[84] a vytvoril svoj odlišný antropologický prístup k človeku, čím sa od neho vzdialil najmä chápaním ľudskej slobody a teóriou lásky. Freud dáva lásku do súvislosti s pudmi, pričom Frankl zdôrazňuje viac slobodu a duchovný rozmer lásky.

Ťažisko Franklovho chápania lásky je vo filozofickom a duchovnom rozmere. Jeho ponímanie lásky v sebe zahŕňa altruizmus, ktorý možno badať u všetkých troch spôsobov napĺňania zmyslu. Psychologické koncepcie lásky iných autorov a empirické štúdie fenoménu lásky prispievajú k obohateniu Franklovho chápania lásky.

[82] Porov. KRATOCHVÍL *Manželská terapie,* s. 122.

[83] Porov. VYMĚTAL *Úvod do psychoterapie,* s. 164-165.

[84] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 28-31 (čes. vyd.: s. 36-38).

8. Filozoficko-antropologické východiská Franklovej teórie

Logoterapeutický prístup Frankla vychádza z filozofickej antropológie. Na pochopenie Franklovho pojmu *„vôľa ku zmyslu“* je potrebné prekročiť hranice psychológie a skúmať jeho antropologické pramene. Antropológia patrí do oblasti filozofie. Psychológia je z pohľadu filozofie chápaná ako špeciálna empirická veda, ktorá je v službách bádania antropologických vied, preto sa môže stať, že tie isté pojmy môžu mať rôzne významy, čo si vyžaduje opatrnosť pri interpretácii.[1]

Frankl tvrdí, že prekročenie hraníc psychológie pomôže hlbšie pochopiť existenciu človeka, jedinečnosť jeho osoby, jeho slobodu a cieľ. Zmenší sa riziko pochopiť jeho noogénnu vrstvu bytia bez kontextu. V tejto snahe je existenciálna otázka kľúčovou. *„Existenciálnou otázkou sa pýtajúci pýta na samého seba.“*[2] Existenciálna otázka núti človeka pochybovať. *„V tejto dobe sa spochybnili peniaze, moc, sláva, šťastie; všetko to, čo znamenalo pre človeka „mať“, aby sa obnažila ľudská podstata, to, čo človek je.“*[3]

Frankl hovorí, že existenciálnu otázku vo svojej „modernej“ forme nastolil ako prvý Kierkegaard. To, čo on v 19. storočí požadoval, sa v 20. storočí uskutočnilo Bergsonovou filozofiou života, Husserlovou fenomenológiou a filozofiou Schelera. Títo filozofi vykonali prípravnú prácu, a tak umožnili vznik neskoršej filozofie existencie. Po prvej svetovej vojne ju uskutočnil Heidegger a Jaspers. Po druhej svetovej vojne sa rozšírila a extrémne zradikalizovala. Spôsobil to zážitok vojny, zážitok degradácie človeka, lebo ten ukázal, že sa zabudlo na to, čo povedal Kant, totiž že *„každá vec má svoju hodnotu, ale človek má dôstojnosť.“*[4]

Pri hľadaní myšlienkových prúdov, ktoré majú vplyv na Frankla, je potrebné všimnúť si antropologické smery, ktoré sa v 19. storočí postupne vy-

[1] Porov. CORETH *Co je člověk,* s. 11-12.
[2] *„Mit der existentiallen Frage stellt der Fragende sich selbst in Frage...“* FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 88 (čes. vyd.: s. 63-64).
[3] *Ibid.*
[4] Porov. *ibid,* s. 86-88 (čes. vyd.: s. 62-63).

kryštalizujú.[5] Za pozornosť stojí A. Schopenhauer, ktorého nemožno pokladať za predstaviteľa nejakej spoločenskej tendencie, hoci ho niektorí pokladajú za iracionalistu a ktorý ovplyvnil aj neskoršie psychologické myslenie.[6] Zvláštnu pozornosť si zasluhuje aj novotomizmus.

8.1 Arthur Schopenhauer

Arthur Schopenhauer (1788–1860), nemecký filozof. V živote zažil niekoľko nepríjemných udalostí, čo malo vplyv na jeho myslenie. Po smrti otca sa pre nezhody rozišiel s matkou. Po neúspešnom vyučovaní na univerzite v Berlíne sa stiahol do úzadia. Jeho prvé publikácie boli roky bez úspechu. Bol géniom, čo o sebe aj otvorene a neskromne vyhlasoval. Nakoniec sa stal slávnym. Svojím dielom bezprostredne nadväzuje na Kanta.[7]

Schopenhauer a Frankl

Schopenhauer a Frankl sa v zásadných otázkach rozchádzajú, ale i napriek tomu možno nájsť medzi nimi v niektorých bodoch myšlienkovú spriaznenosť.[8] Schopenhauer je dôležitý pre formuláciu Franklovho pojmu *„vôľa ku zmyslu“*. V otázke utrpenia dáva veľký dôraz na to, čo Frankl nazýva *„hodnota postoja“*.[9] Obaja prikladajú tvorivým, zmysluplným aktom kľúčovú úlohu v živote – Schopenhauer predovšetkým vytvorenému dielu, Frankl činom.

[5] Pri určitom zjednodušení by sa dali tieto antropologické smery zaradiť do troch skupín. Prvou skupinou je materializmus a evolucionizmus, druhou je existencializmus a personalizmus a treťou je fenomenológia a ontológia človeka. (Porov. CORETH *Co je člověk,* s. 32).

[6] Porov. BLECHA *Filosofický slovník*, s. 374.

[7] Porov. MAJOR, L. Arthur Schopenhauer a německá klasická filosofie. In SCHOPENHAUER, A. *O filosofech a filosofii.* Přel. M. Váňa. Pelhřimov: Nová tiskárna, 1999, s. 147-153.

[8] Porov. HRDLIČKA, M. Arthur Schopenhauer – Filosofie pesimismu jako léčebný prostředek deprese. *Československá psychologie,* 2002, roč. 46, č.1, s. 75-82 [82].

[9] Pre znášanie bolesti a nepriazne osudu odporúča Schopenhauer vnímať, že všetko, čo sa deje, deje sa nutne, lebo na nevyhnutne nutné si vie človek skoro zvyknúť. Umenie znášať utrpenie je kľúčová schopnosť, ktorú by si človek mal cvičiť. Malé nehody, ktoré človeka denne stretávajú, možno považovať za výcvik, aby mu v šťastí úplne neochabla sila znášať veľké nepríjemnosti. (Porov. SCHOPENHAUER, A. *Svět jako vůle a představa. II.* Přel. M. Váňa. Pelhřimov: Nová tiskárna, 1998*,* s. 421-428).

Schopenhauer v tejto súvislosti hovorí, že v starobe niet krajšej útechy ako to, že sme všetku silu svojej mladosti vložili do diel, ktoré nestarnú s nami. Schopenhauer, podobne ako Frankl, sa domnieva, že tieto zmysluplné, tvorivé akty sú liečivým dôvodom toho, že človek dokáže vydržať a prekonať mnoho ťažkostí, ktoré sú v živote nevyhnutné. Obaja sa zhodujú aj v postoji k príjemnostiam, pôžitkom a nude.[10]

Kým z Franklovho diela vyžaruje životný optimizmus, Schopenhauer je osudový pesimista.[11] Nie je však nihilista a je prvým filozofom, ktorý vytvoril ucelený systém filozofie útechy. Na otázku zmyslu života odpovedá neobyčajne a pozitívne. Cituje Aristotela: *„Najväčším šťastím je môcť cvičiť svoju znamenitosť, nech už je akéhokoľvek druhu.“*[12]

Pre Frankla je láska najhodnotnejším ľudským zážitkom, tým najvyšším, k čomu sa človek môže vzopnúť. Pre Schopenhauera je láska ilúziou, pomo-

[10] Schopenhauer hovorí, že človek musí voliť medzi bolesťou a nudou. Ak sa človek vzďaľuje od jedného, približuje sa k druhému. Bieda a živorenie plodí bolesť, bezpečie a nadbytok plodí nudu. Rozumnosť nasleduje to, čo je bezbolestné, nie však to, čo je príjemné. Ak sa k bezbolestnosti pripojí ešte absencia nudy, potom sme dosiahli pozemské šťastie. Je najväčšou zvrátenosťou chcieť to, čo chcú mnohí – vymeniť utrpenie za pôžitky, ktoré si stanovia ako cieľ. (Porov. HRDLIČKA Arthur Schopenhauer. *Československá psychologie,* s. 78). Frankl v tomto zmysle Schopenhauera cituje. (Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 78 (čes. vyd.: s. 78)).

[11] Schopenhauer hovorí, že k poznaniu pesimizmu človek prichádza počas svojho života. Mladý intelekt spoznáva potešiteľnú stránku vecí – myslí si, že ako sú krásne na pohľad, tak sú krásne aj v skutočnosti. Z toho vzniká smäd po skutočnom živote, túžba po činoch a utrpení, ktoré ho ženú do zhonu sveta. Postupne dochádza k veľkému rozčarovaniu. Všetky veci sú totiž nádherné na pohľad, ale v skutočnosti sú strašné. Mladík sa domnieva, že vo svete ho čaká zázrak, len nevie kde. Neskôr, ako starec, poznáva, že všetko je márnosť, a vie, že všetky orechy sú duté, aj keby boli pozlátené. Staroba je potom dobrým, najznesiteľnejším obdobím, vyvrcholením životnej dráhy. Prvých 40 rokov dáva život text a ďalších 30 rokov dáva k nemu komentár, ktorý učí objavovať pravý zmysel a súvislosti. V prvej polovici života má človek neuspokojenú túžbu po šťastí, v druhej sa snaží vyhnúť nešťastiu. Starší človek nemá ilúzie, poznal ničotu a prázdnotu, všetky nádhery sveta, lesku, okázalosti, honosnosti. Zakúsil, že za väčšinou vytúžených a vysnívaných vecí sa skrýva len málo, a dospieva k pochopeniu veľkej biedy a prázdnoty bytia človeka. Necháva za sebou život tak isto hlúpy a zlý, ako ho našiel pri svojom príchode. Samovražda nie je pre človeka východiskom, lebo hoci zahladzuje individuálny jav vôle, nezahladzuje vôľu samu, čím sa samovražda stáva zbytočnou, pretože si vôľa vzápätí vytvára nové stelesnenie. Táto myšlienka je blízka indickému ponímaniu existencie, čím Schopenhauer ponúka Budhovu cestu. (Porov. HRDLIČKA Arthur Schopenhauer. *Československá psychologie,* s. 77-78).

[12] Porov. *ibid,* s. 75-80.

cou ktorej sa príroda stará o zachovanie rodu. Hovorí, že každý miluje to, čo jemu samému chýba, a že sexualita je jednostrannosť. Akonáhle je dosiahnutý cieľ, ilúzia lásky sa môže rozplynúť a príroda nechá po rozmnožení unaviť ženskú krásu a vášeň. Indivíduum spoznáva, že bolo oklamané vôľou rodu.[13]

Frankl zastáva názor, že človek má slobodnú vôľu, že sloboda robí človeka človekom a že mu bytostne prináleží. U Schopenhauera je vôľa jednotlivca neslobodná, lebo je určovaná nadradenosťou celku. Človek je objektivizáciou nepriestorovej, bezčasovej a bezdôvodnej vôle, ktorá je, ako taká, možná iba v indivíduu. Slobodná je iba svetová vôľa ako celok, lebo neexistuje nič, čo by ju obmedzovalo.[14]

Zásadným rozdielom medzi Franklom a Schopenhauerom je chápanie osoby. Schopenhauer totiž, ovplyvnený budhizmom, vyzýva k zrieknutiu vlastnej personality a vstúpiť do božskej „vševôle".[15] Franklovu *„vôľu ku zmyslu"* nemožno vidieť ako súčasť *„vôle k životu"* Schopenhauera.[16] Schopenhauerova *„vôľa k životu"* totiž vedie jedinca k egoizmu.[17] *„Vôľa k životu"*, ktorú vidí Schopenhauer v prírodných zákonoch, nie je vôľou, ako ju poníma súčasná psychológia, ako vôľu, ktorá pomáha dosiahnuť vytýčený cieľ. Schopenhauerova vôľa je bezúčelná a bez smerovania. Nepriťahuje ľudstvo, aby kráčalo vpred, naopak, ľudstvo je ňou poháňané naspäť. Je to energia vyvierajúca z princípu bez zmyslu. V oslobodení od *„vôle k životu"* spočíva blaženosť a v bezcieľnosti a neúnavnosti sily *„vôle k životu"* plynie fundamentálna absurdnosť sveta.[18] Frankl by pravdepodobne položil Schopenhauerovi otázky: Ako môže vo svete, ktorého podstatou je slepá vôľa, triumfovať intelekt nad vôľou? Odkiaľ sa berie v človeku sila na prekonanie tejto vôle? Nesvedčí to o tom, že okrem vôle existuje aj iná sila?

Existuje určitá analógia medzi *„vôľou k životu"* a *„vôľou ku zmyslu."* Ako Schopenhauer uvažuje o *„vôli k životu"* vo vzťahu k svetu (*„vôľu k životu"* považuje za podstatu vesmíru a za *„kľúč k záhade sveta")*[19], tak Frankl uvažuje o *„vôli ku zmyslu"* vo vzťahu k človeku (*„vôľu ku zmyslu"* považuje za to, čo patrí k podstate človeka a za *„kľúč"* k záhade jedinca).

Možno sa domnievať, že Frankl svoju formuláciu pojmu *„vôľa ku zmyslu"* nevybral náhodne. Schopenhauer má *„vôľu k životu"*, respektíve *„svetovú vôľu"*[20], Nietzscheho filozofia je filozofiou vôle a používa pojem *„vôľa k moci"* [21]. Frankl používa slovné spojenie *„vôľa k rozkoši"*, keď hovorí o Freudovi a slovné spojenie *„vôľa k moci"*, keď hovorí o Adlerovi.[22] Možno sa domnievať, že v tom čase bola móda vytvárať podobné pojmy alebo že Frankl pojem „*vôľa ku zmyslu"* použil pre výstižnosť a krátkosť. Na základe uvedeného je potrebné uviesť, že Franklov pojem *„vôľa ku zmyslu"* je pojmom viac filozofickým ako psychologickým, preto ho treba aj tak vysvetľovať.

8.2 Vplyv fenomenológie a existencializmu na Frankla

Franklov prístup čerpá z pokusov existenciálnych a fenomenologických filozofov. Frankl žil v období, v ktorom významnú úlohu zohrával existencializmus[23], ktorý je v súčasnosti vďaka svojim najrôznejším formám a podobám natoľko známy, že ho mnohí pokladajú za filozofiu našej doby.[24]

---

[13] Porov. SCHOPENHAUER, A. *Génius. Umění. Láska. Světec.* Přel. J. L. Fischer. Olomouc: Votobia, 1994, s. 75-117..

[14] Porov. SCHOPENHAUER, A. *Svět jako vůle a představa. I.* Přel. M. Váňa. Pelhřimov: Nová tiskárna, 1998, s. 219-325.

[15] Porov. LETZ *Filozofická antropológia,* s. 59.

[16] Vôľu chápe Schopenhauer ako svetový princíp. Človeka ženie *"vôľa k životu"*. Táto vôľa je nemenná a je základom všetkých našich predstáv ako nepretržitý *"generálny bas"*. Vôľa určuje i to, čo u človeka nazývame charakterom, formuje ho rovnako ako ľudské telo. Preto všetky náboženstvá sľubujú odmenu za dobrú vôľu, a nie za dobrý rozum. Vôľa nikdy nepodlieha únave, nikdy neochabuje. Ale nielen človek je svojou podstatou vôľa. Podstata všetkých vecí, ktoré človeka v čase a priestore obklopujú, je v analógii k človeku objektivizáciou vôle. Javy organického života, ale tiež neživá príroda – sila, pohybujúca planétami a spôsobujúca zemskú príťažlivosť, to všetko je nevedomá svetová vôľa. V ríši rozmnožovania je najsilnejším prejavom vôle k životu rozmnožovací pud, ktorý dokonca prekonáva aj smrť. Sotva sa bytosť postarala o seba samu, už sa usiluje o rozmnožovanie. Vôľa sa prejavuje ako nezávislá od poznania. (Porov. SCHOPENHAUER *Svět jako vůle a představa. II.,* s. 255-263).

[17] Porov. DUROZOI, G. – ROUSSEL, A. *Filozofický slovník*. Přel. J. Binder a kol. Praha: EWA Edition, 1994, s. 271-272.

[18] Porov. STÖRIG, H., J. *Malé dějiny filozofie.* 4. vyd. Přel. P. Rezek, M. Petříček. Praha: Zvon, 1995*,* s. 368-471.

[19] Porov. DUROZOI – ROUSSEL *Filozofický slovník,* s. 272.

[20] Porov. STÖRIG *Malé dějiny filozofie,* s. 368.

[21] Porov. *ibid,* s. 383.

[22] Porov. FRANKL *Psychotherapie für den Laien,* s. 175. (čes. vyd.: s. 12).

[23] V nemeckej oblasti sa namiesto pojmu existencializmus používa aj názov filozofia existencie.

[24] Porov. STÖRIG *Malé dějiny filozofie,* s. 430.

Duchovne orientovaná psychoterapia Frankla sa často dovoláva Schelerovho a Heideggerovho chápania fenomenológie. Je silno poznamenaná aj existencialistickou tradíciou: Kierkegaardom, Jaspersom, Buberom či Sartrom. Pregnantnejšia analýza a kritika Frankla z filozofického hľadiska sa môže stať dosť neprimeranou z toho dôvodu, že Franklovi samotnému nešlo v prvom rade o pojmovú a konštruktívnu vybrúsenosť, ale o výzvu psychoterapie tak na poli teoretickom, ako aj praktickom.[25]

8.2.1 Fenomenológia

Fenomenológia je postavená na učení E. Husserla (1859-1938).[26] Husserl má vplyv na celú daseinsanalýzu a kladie základy fenomenologickej psychológie. Transcendentálna fenomenológia je univerzálna filozofia, ktorá prekonáva objektivizmus a subjektivizmus. Husserlova psychológia je antinaturalistická a antipsychologická. Husserl hovorí o potrebe reformy novodobej psychológie. Hovorí, že psychologická cesta má viesť od vonkajšieho pohľadu k vnútornému, k pohľadu na vnútorný život a bytie, má viesť od deskriptívnej k fenomenologickej psychológii.[27]

8.2.1.1 Max Scheler

Max Scheler (1874-1928), nemecký filozof, priamy Husserlov žiak, jedna z najsilnejších osobností nemeckého duchovného života minulého storočia. Bol aj psychológom a sociológom. Nadväzuje na Augustína, Nietzscheho, Bergsona a Diltheya, ale v prvom rade na Husserla. Zaoberal sa podstatou človeka, takže býva považovaný za zakladateľa filozofickej antropológie. Vypracoval materiálnu hodnotovú etiku, rozvinul vlastnú kultúrnu sociológiu a filozofickú antropológiu.[28]

[25] Porov. HLAVINKA *Daseinsanalýza,* s. 51.
[26] Porov. LETZ *Filozofická antropológia,* s. 22-23.
[27] Porov. HUSSERL, E.: *Krize europských věd a transcendentální filosofie. Úvod do fenomenologicke filozofie.* Přel. H. Kubová, P. Kuba. 1. vyd. Praha: Academia, 1996, s. 258-288.
[28] Porov. HODOVSKÝ, I. Max Scheler – filosof ducha a citu. In SCHELER, M. *Můj filosofický pohled na svět.* 1. vyd. Přel. I. Hodovský. Praha: Vyšehrad, 2003, s. 11-22.

Scheler a Frankl

Frankl bol ovplyvnený fenomenologicky orientovaným filozofom Maxom Schelerom,[29] jeho *„Formalizmus v etike“* nosil Frankl pri sebe[30] a vo svojich knihách ho mnohokrát cituje.[31] Frankl a Scheler majú podobné antropologické postoje, obaja obhajujú ľudskú slobodu, sú proti determinácii pudmi a okolím. Obaja hovoria, že to, čo človeka robí človekom, je duch, a tiež aj to, že človek sa dokáže od svoje zmyslovej stránky odpútať.[32] Ďalšia podobnosť je v názoroch na podstatu lásky[33], na cieľ človeka a hodnoty[34]. Obaja vnímajú naliehavosť riešenia otázky podstaty človeka.

[29] Porov. CORSINI, R. J. *Encyclopedia of Psychology. Volume 2.* New York: John Wiley & Sons, 1984*,* s. 34.
[30] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 42 (čes. vyd.: s. 48).
[31] V knihe *Ärztliche Seelsorge* spomína Frankl Schelera 20 krát, v knihe *Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie* 15 krát a v knihe *Wille zum Sinn* 10 krát.
[32] Pojem osoby má u Schelera ústredné postavenie. Osoba nie je identická s mysliacim „ja“. K osobe patrí plná rozumnosť, zrelosť a schopnosť voľby. Osoba je bytostne duchovná. Duch je úplne odlišný a nezávislý od prírody, ba je jej protikladom. Až duch oslobodzuje človeka z pút organického života. Človek je zvieraťom, ale na druhej strane je bytosťou, ktorá hľadá Boha, je duch a osoba. Osobu chápe Scheler ako čistý stred, existujúci pre aktuálne uskutočňovanie človeka. Z toho, že ducha možno postihnúť len cez duchovné akty, uzatvára, že neexistuje duchovné bytie ako substanciálna skutočnosť, ale len duchovná činnosť ako vedomé a slobodné sebauskutočňovanie človeka. Predsa však Scheler túto duchovnú činnosť vzťahuje na určité centrum, z ktorého vychádzajú jednotlivé akty a ktorých jednota je podmienená tým, že sú to „moje akty“. Toto čisté centrum „ja“ nazýva osobou. Osoba je podľa Schelera úplne nepredmetná a reflexiou neuchopiteľná, je stredobodom, z ktorého vychádza všetok duchovný život, na ktorý sa všetko vzťahuje a ku ktorému sa všetko zbieha. Scheler definuje osobu ako *„Centrum aktov, v ktorom sa duch prejavuje v konečných sférach bytia.“* (SCHELER, M. *Místo člověka v kosmu.* Praha: Akademia, 1968, s. 66. Cit in LETZ *Filozofická antropológia,* s. 57 a tiež porov. SCHELER *Můj filosofický pohled na svět*, s. 120-150, 202-211).
[33] Scheler má vlastnú teóriu lásky. Láska pre neho nie je spoločenský cit, nie je to súcit alebo altruizmus, nie je cit. Láska sa obracia vždy k osobe. Súčet všetkých hodnôt milovanej osoby nevysvetlí lásku, lebo je tu vždy niečo naviac, niečo nevysvetliteľné – konkrétna milovaná osoba, pravý objekt lásky. Najvyššou formou lásky je láska božia, nie ako láska k Bohu, ale ako ľudské spoluuskutočňovanie božej lásky k svetu. (Porov. STÖRIG *Malé dějiny filozofie,* s. 429). Scheler ďalej hovorí, že nemožno chcieť lásku, vývoj a rast bez obeti, smrti a bolesti. Život, ktorý hľadá svoj nový, vyšší stav, je sám obeťou. Toto je celkom jasné a evidentné pri najvyššej forme obeti z lásky, keď v tom istom akte človek prežíva blaženosť lásky a bolesť zo straty, ktorú obetuje z lásky. (Porov. SCHELER *Můj filosofický pohled na svět*, s. 207, tiež porov. KOVÁČ Viktor Emanuel Frankl. *Duchovný*

8.2.2 Existencializmus

Existencializmus vzišiel z pôdy fenomenológie. Impulzom existencializmu bola skúsenosť prvej svetovej vojny, v ktorej sa človek stal súčiastkou v neosobnej mašinérii politických a ideových hľadísk, ako aj nasledujúci rozvoj industriálnej spoločnosti s jej negatívnymi javmi (predovšetkým odcudzením), skrytými pod povrchom jej relatívneho blahobytu. Základným pojmom existencializmu je existencia. Na rozdiel od filozofickej tradície je tu tento pojem vyhradený iba pre ten spôsob bytia, ktorým je ľudská bytosť. Existencia je zásadne činná, jej osudom je voľba rozhodnutia a zodpovednosť za takéto rozhodnutie.[35]

Pre jednotlivých existenciálnych filozofov je podnetom filozofickej práce zvláštny, jedinečný *„existenciálny zážitok"*. U Jaspersa je to napríklad posledné, bezvýchodiskové stroskotanie človeka v *„hraničných situáciách"*, ako sú smrť, utrpenie, zápas a vina. U Sartra je to skúsenosť úplného zhnusenia. U Marcela je zjavne kierkegaardovský, v základe náboženský, zážitok. Vždy pritom ide o niečo krajné, o prekračovanie nejakej hranice, o hraničnú situáciu.[36] U Frankla je takýmto existenciálnym zážitkom zážitok koncentračného tábora.

8.2.2.1 Blaise Pascal

Blaise Pascal (1623-1662), francúzsky prírodovedec a kresťanský filozof, ktorého možno označiť za raného predchodcu existencializmu. Nad rozum, redukovaný na matematicko-racionálne myslenie, stavia srdce, ktoré spája

pastier, s. 258 a tiež porov. SRNEC 68. Klinicko-psychologický den na téma „Fenomén lásky". (príspevok: HALÍK, T. Láska v evropské duchovní tradici.) *Československá psychologie,* s. 254).

[34] Scheler hovorí, že ľudské usilovanie má, hoci nie vždy jasne poznaný, cieľ. V každom cieli je určitá hodnota. Človek sa vždy usiluje o hodnoty. Hodnoty majú absolútnu, sebestačnú a nemennú podstatu. Mení sa iba naše poznanie hodnôt a náš postoj k nim. Scheler popiera hodnotový relativizmus alebo subjektivizmus. Scheler delí hodnoty na pozitívne a negatívne, vyššie a nižšie a rozpoznáva hodnotovú hierarchiu. (Porov. STÖRIG *Malé dějiny filozofie,* s. 428-429).

[35] Porov. BLECHA *Filosofický slovník,* s. 118-119.

[36] Porov. STÖRIG *Malé dějiny filozofie,* s. 431.

intuíciu a inštinkt, cit a citlivosť, videnie ducha. Až srdcu sa otvára hĺbka a plnosť skutočnosti. Pascal vidí človeka v napätí medzi biedou a veľkosťou, medzi ničotou a nekonečnosťou. Človek prežíva svoju rozpoltenosť, bezmocnosť a ničotnosť, ale zároveň aj nekonečnosť svojej transcendencie, svojho povolania a vykúpenia Bohom. Nemôže byť chápaný imanentne zo seba samého, ale transcendentne zo svojho vzťahu k Bohu, nielen vo svojej prirodzenej, ale aj v nadprirodzenej dimenzii.[37]

Pascal a Frankl

Franklova podobnosť s Pascalom je v priznaní transcendentnej dimenzie človeku. Rozdielnosť je v tom, že keď Frankl hovorí o transcendentálnej dimenzii, myslí tým sebaprekračovanie človeka a nezdôrazňuje vyslovene Boha a ani vykúpenie skrze Boha, ako to robí Pascal. Na druhej strane Pascalovo povolanie Bohom pripomína cieľ alebo údel človeka. Frankl cituje Pascala len zriedka.[38]

8.2.2.2 Sören Kierkegaard

Sören Kierkegaard (1813-1855), dánsky filozof, teológ a spisovateľ, ktorý je zakladateľom existenciálnej filozofie. Ľudská existencia sa, podľa neho, vyznačuje radikálnou osamelosťou a nutnosťou voliť, pričom nemá oporu v ničom, čím by si mohla svoje počínanie vopred vysvetliť. Jej faktickým údelom je teda ostať na hraniciach neistoty, z čoho plynú stavy úzkosti a možného rozčarovania. Záchranou môže byť viera v Boha, chápaného v radikálnej transcendencii.[39]

[37] Porov. PASCAL, B. *Myšlenky. Výbor.* 2. vyd. Přel. M. Žilina. Praha: Mladá fronta, 2000. Přel. z: Pensées, s. 3, 5-27, 66-87.

[38] Frankl cituje Pascala, okrem iného (napríklad porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 44 (čes. vyd.: s. 47)), keď hovorí o existenciálnej prázdnote: *„Nekonečná prázdnota priestoru a času je prázdnotou vlastného srdca človeka."* (Porov. FRANKL *Theorie und Therapie der Neurosen*, s. 106).

[39] Porov. KIERKEGAARD, S. *Nácvik křesťanství – suďme sami!* Přel. M. Mikulová Thulstrupová. 1. vyd. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2002 a tiež porov. KIERKEGAARD, S. *Skutky lásky. Několik křesťanských úvah ve formě proslovů.* Přel. M. Mikulová Thulstrupová. 1. vyd. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2000.

Kierkegaard a Frankl

Kierkegaardovi ide o *„existenciu"* a o tomto pojme uvažuje v zmysle ľudskej existencie, to jest vždy jednotlivého a konkrétneho človeka v celistvosti jeho sebaprežívania, jeho jedinečnosti a svojbytnosti, jeho slobody a zodpovednosti, čo je podobné s chápaním Frankla.

Keď Frankl hovorí o tom, že skutky človeka musia byť zamerané na cieľ, odvoláva sa na Kierkegaarda, ktorý hovorí, že dvere k šťastiu sa otvárajú von. Kto sa kŕčovite snaží byť šťastným, zatvára si tým sám cestu k šťastiu.[40]

Frankl uvádza Kierkegaarda aj na inom mieste, keď porovnáva pocit závratu a Kierkegaardov *„závrat zo slobody"*. Hovorí, že tak, ako pri pocite závratu dochádza k zdanlivým pohybom, tak dochádza tiež pri pocite úzkosti a závratu zo slobody k istému druhu zdanlivých duchovných pohybov, lebo z priepastného rozdielu medzi tým, čo je, a tým, čo byť má, prichádza pocit prepadania „ja", sveta, bytostí a hodnôt. [41]

8.2.2.3 Karl Jaspers

Karl Jaspers (1883-1968), nemecký filozof, ktorý vychádzal z psychologických a psychopatologických výskumov. Vytvoril najobsiahlejší a pritom najucelenejší systém existenciálnej filozofie. Jaspersovo myslenie tkvie svojimi koreňmi v Kierkegaardovi tak, ako celá filozofia existencie.[42]

Jaspers a Frankl

Frankl bol ovplyvnený Jaspersom, s ktorým udržiaval aj osobný kontakt. Vo svojich knihách Frankl cituje Jaspersa niekoľkokrát,[43] spomína ho napríklad vtedy, keď hovorí o schizofrénii.[44] Frankl používa Jaspersov pojem *„existenciálna komunikácia"*[45] Frankl ho uvádza, keď vysvetľuje extrém, pri ktorom sa v terapii nesprávne kladie význam iba na osobnosť terapeuta (v ktorom prebieha komunikácia v existenciálnom zmysle) a ktorý patrične nedoceňuje terapeutickú techniku.[46] Frankl sa odvoláva na Jaspersa aj pri vysvetľovaní chápania ľudskej existencie a jej vzťahu k transcendencii.[47] Jaspersov pojem *„hraničné situácie"*[48] môže pomôcť v pochopení Franklových zážitkov z koncentračného tábora a ich následného vplyvu na jeho teóriu.

[40] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 52-53 (čes. vyd.: s. 55).

[41] Porov. *ibid,* s. 208 (s. 187).

[42] Porov. STÖRIG *Malé dějiny filozofie,* s. 432 tiež porov. JASPERS, K. *Rozum a existencia. Päť prednášok.* Prel. P. Elexová. 1. vyd. Bratislava: Kalligram, 2003, s. 9-38 a tiež porov. JASPERS, K. *Filosofická víra*. Přel. A. Havlíček. 1. vyd. Praha: OIKOYMENH, 1994, s. 1.

[43] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 92 (čes. vyd.: s. 94).

[44] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 210 (čes. vyd.: s. 189).

[45] Hĺbka Jaspersovej *„existenciálnej komunikácie"* je v tom, že Jaspers nepovažuje komunikáciu iba za to, čo sa odohráva medzi rozumom a rozumom alebo duchom a duchom, ale to, čo sa odohráva medzi existenciou a existenciou. Človek, podľa Jaspersa, existuje len s druhým, sám nie je nič. Istota autentického bytia človeka je tak iba v tej komunikácii, v ktorej stojí spolu sloboda so slobodou proti sebe úprimne, a v tom rozhodujúcom sa vždy vzájomne požaduje ísť otázkami ku koreňom vecí. Komunikácia je pre Jaspersa cieľom filozofovania, v ktorom dochádza k vnútornému osvojeniu bytia, k presvetleniu lásky a k dosiahnutiu pokoja. (Porov. JASPERS, K. *Úvod do filosofie. Dvanáct rozhlasových přednášek*. Přel. A. Havlíček. 1. vyd. Praha: OIKOYMENH, 1996*,* s. 19-21).

[46] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 1-2 (čes. vyd.: s. 11).

[47] Porov. FRANKL *Psychoterapie für den Laien*, s. 68 (čes. vyd.: s. 64). Jaspers hovorí: „Ak sa rozhodujeme slobodne a ak uchopujeme svoj život naplnený zmyslom, potom si uvedomujeme, že za seba nevďačíme sami sebe." Až na vrchole svojej slobody si človek uvedomuje, že si je daný transcendenciou. Uvedomuje si Boha. To si uvedomí jednotlivec vtedy, ak dokáže z iba udržovania svojho vitálneho života urobiť „skok" k sebe samému. „Človek môže žiť vedený Bohom," ako hovorí Jaspers. Z psychologického hľadiska je Boží hlas vnímateľný len vo vzácnych okamihoch, z ktorých potom žijeme. Vzťah človeka k transcendencii, stretnutie s osobným Bohom, môže, i napriek skoro úplnej neprítomnosti názornej podoby, mať všetkorozhodujúci vplyv. Vo svete chcú človeka ovládnuť sily, ktoré ho zrážajú k zemi ako napríklad strach z budúcnosti alebo úzkostné lipnutie na majetku. Aj cez toto všetko môže človek tvárou v tvár smrti nadobudnúť dôveru, ktorá človeku, aj v tom najkrajnejšom, nevysvetliteľnom, v tom, čo je zmyslom najvzdialenejšie, dovolí nakoniec v pokoji zomrieť. (Porov. JASPERS *Úvod do filosofie*, s. 47-51 a tiež porov. JASPERS, K. *Šifry transcendence*. Přel. V. Zátka. 3. vyd. Praha: Vyšehrad, 2000, s. 129).

[48] Jaspers hovorí, že existujú *"hraničné situácie"*, krajné situácie, ktoré nemôžeme obísť ani zmeniť: smrť, utrpenie, zápas, vina. V nich sa existencia uskutočňuje bezprostredne. Iba v nich sa môže realizovať existencia ako celok. Ak vstupujeme do takejto situácie s otvorenými očami, stávame sa celkom sami sebou. Existujú šifry, v ktorých k nám transcendencia hovorí zvlášť zreteľne a bezprostredne. Kľúčovou šifrou je bytie v stroskotaní. Stroskotanie je to posledné, čo nás čaká. Pravé stroskotanie prichádza, ak budujeme svet s vôľou k trvaniu, avšak s vedomím a rizikom zániku. Ale až v pravom stroskotaní môžeme v plnosti zakúsiť bytie. Jaspersova filozofia, podobne ako filozofia Heideggerova a Sartrova, vyznieva celkom pesimisticky. Predsa však sa v Jaspersovom pesimizme ozýva iný tón, pretože za všetkým bytím, ktoré stroskotáva, je u Jaspersa transcendencia, nepominuteľnosť a nekonečnosť Božia. Človeku sa tak stávajú aj „*situácie bezvýchodiskovej záhuby*" zoslané Bohom. Každá situácia je potom úlohou pre slobodu človeka, ktorý v nej stojí, rastie a troskotá. Úlohu však nemožno určiť ako imanentný cieľ v podobe šťastia, ale jasná je až prostredníctvom trancendencie. (Porov. Porov. JASPERS *Úvod do filosofie,* s. 51-52 a tiež porov. STÖRIG *Malé dějiny filozofie,* s. 435).

Chápanie slobody a zodpovednosti je u Jaspersa totožné s chápaním Frankla, u ktorého sú tieto dva pojmy kľúčové. Jaspers pátra po otázke zmyslu života človeka, keď sa pýta: „*Čo je človek?*“ Hovorí, že človek nemôže byť vyčerpávajúcim spôsobom pochopený len tým, čo sa o ňom dá vedieť, ale ešte niečím ďalším, totiž slobodou, ktorá uniká každému predmetu poznania. Slobody si je človek vedomý, ak poznáva nároky, ktoré sú na neho kladené, a je iba na ňom, či ich splní, alebo sa im vyhne. Človek sa rozhoduje o sebe sám, má zodpovednosť.[49] Bytie človeka nazýva Jaspers *„rozhodujúcim sa“* bytím, ktoré ešte úplne *„nie je“*, ale práve teraz rozhoduje, *„čím o okamih bude.“*[50] Podobne hovorí Frankl: *„Človek je stále ten, čo rozhoduje a ďalej sa pýta: Čo je ale človek? Bytosť, ktorá stále rozhoduje. A o čom rozhoduje? O tom, čím v najbližšom okamihu bude.”*[51] Ľudská existencia znamená byť zodpovedným, pretože podstata človeka je v tom, že človek je slobodným.[52]

8.2.2.4 Jean Paul Sartre

Jean Paul Sartre (1905-1980), francúzsky filozof a spisovateľ, metodicky sa opieral o fenomenológiu, je považovaný za hlavného predstaviteľa francúzskeho existencializmu. V mnohých ohľadoch môžeme Sartra považovať za Heideggerovho žiaka.[53] Napriek tomu sa Sartre aj v zásadných otázkach s Heideggerom celkom rozchádza.[54]

Sartre a Frankl

„Odsúdenosť“ Sartrovho človeka k slobode a jeho výzva k zodpovednosti[55] pripomína Franklovho človeka slobodného a schopného byť zodpovedným. Sartre ukladá človeku mimoriadnu zodpovednosť za seba sebe, ako aj druhému a za druhého. Franklov človek si sám musí odpovedať, či je zodpovedný pred spoločnosťou, pred ľudstvom, pred svedomím alebo pred božstvom.[56] Pre Sartra, na rozdiel od Frankla, nemajú hodnoty nadčasovú platnosť, čo Sartre zdôvodňuje slobodou človeka.[57]

Určením človeka je pre Frankla sebanapĺňanie zmyslom, a nie Sartrovo sebauskutočnenie.[58] Hoci hlavné dielo Sartra má názov *“Bytie a ničota”*, tým naozajstným na existencializme nie je pre Frankla ničota, ale „ne-vecnosť“, „ne-predmetnosť“. Za nihilizmus dneška považuje Frankl redukcionizmus, i napriek široko rozšírenému názoru, že je ním existencializmus.[59]

Frankl občas Sartra cituje a ako pomoc pri vysvetľovaní vzťahu človeka k náboženstvu uvádza napríklad Sartrov výrok, že *“človek musí človeka vynájsť.”* [60]

8.2.2.5 Albert Camus

Albert Camus (1913-1960), francúzsky spisovateľ, novinár a filozof, nositeľ Nobelovej ceny za literatúru.[61] Človek je, ako ho chápe Camus, v absurdnom svete, ktorý pred ním stojí, cudzí, nezrozumiteľný a nepoznateľný a nachádza v sebe neutešiteľnú túžbu po stratenej jednote. V tomto rozpore

---

[49] Porov. JASPERS *Úvod do filosofie,* s. 46.
[50] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 37 (čes. vyd.: s. 41).
[51] Porov. FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 218. O tejto téme širšie pojednáva kniha v kapitole o Franklovom chápaní slobody a zodpovednosti.
[52] Porov. *ibid,* s. 217.
[53] Porov. SARTRE, J. P.: *Cesty k slobode. Vek rozumu.* 1. vyd. Prel. M. Bartko. Bratislava: Slovenský spisovateľ, 1994, s. 1.
[54] Porov. STÖRIG *Malé dějiny filozofie,* s. 435-436.
[55] Sartre hovorí, že človek je *„odsúdený k slobode“*. Sartrova náuka ukladá človeku mimoriadnu zodpovednosť. Človek sa môže dostať z ničoty iba vlastným vzchopením a ubrániť sa tak jej ustavičnej hrozbe. Zodpovedá sa iba sebe – nikomu inému, už vôbec nie Bohu. Sartre je ateista. Ale človek sa nezodpovedá iba sebe a za seba, ale zároveň i druhému a za druhého. Kriticky sa Sartrovi vytýkalo zvlášť to, že jeho radikálne chápanie slobody prehliada, že človek nie je slobodný absolútne, bez akýchkoľvek daností a predpokladov, ale že je viazaný podmienkami, ktoré nie sú závislé od jeho voľby, napríklad narodený do určitého národa, pohlavia, doby a podobne. Heidegger to nazýva *„vrhnutosťou.“* (Porov. SARTRE, J. P. *Nevolnost.* Přel. D. Steinová. Praha: Československý spisovatel, 1967, s. 130, 157, 165-168 a tiež porov. SARTRE, J. P.: *Existencialismus je humanismus.* Přel. P. Horák. Praha: Vyšehrad, 2004, s. 15-25).
[56] Porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 220 (čes. vyd.: s. 197).
[57] Sartre hovorí, že človek je slobodný a že sa môže *„angažovať“* vo svete. Svojím konaním môže vytvárať hodnoty. Ničota, z ktorej sa takto človek pozdvihuje, na neho ustavične všade číha. Jeho sloboda je v každom okamihu v nebezpečenstve, že opäť upadne do strnulosti. Hodnoty nemajú pre Sartra žiadne vlastné bytie, nemajú nadčasovú platnosť – nezávisle na tom, či o ne usilujeme, či nie. *„Zdôvodnením hodnôt je iba moja sloboda.“* (Porov. SARTRE *Existencialismus je humanismus*, s. 16-33).
[58] Porov. HLAVINKA *Daseinsanalýza,* s. 51.
[59] Porov. FRANKL *Der Wille zum Sinn,* s. 166 (čes. vyd.: s. 116).
[60] Porov. *ibid,* s. 73 (s. 52) a SARTRE: *Existencialismus je humanismus*, s. 25.
[61] Porov. DUROZOI – ROUSSEL *Filozofický slovník,* s. 41.

medzi ľudským úsilím o jednotu, jasnosť a zmysel a svetom, ktorý toto popiera, spočíva absurdita. Absurdno je potrebné vyhlásiť za prvú istotu a predpoklad. Dôsledkom je, že človek nedúfa v nič mimosvetské, ale využíva, čo je dané. Osudom človeka je vziať na seba utrpenie vo svete bez zmyslu a bez Boha.[62] Hrdinom absurdity je Sizyfos, ktorý ako trest za odhodlanie žiť musí vytlačiť obrovský balvan na vrchol kopca, pričom balvan sa pred vrcholom skotúľa nadol, takže to začína znova a znova.[63] Keď Sizyfos zostúpi na planinu za balvanom, ktorý sa skotúľal dolu, uvedomuje si absurdnosť situácie, v ktorej sa nachádza. V tejto situácii, aby zachránil zmysel, odmieta samovraždu a tiež odmieta vyprojektovať Boha.[64]

Camus a Frankl

To, čo Camus a Frankl verbálne deklarujú, je v protiklade. Frankl hlása zmysel, Camus absurditu. Táto verbálna úroveň je, zdá sa, ťažko zmieriteľná. Sú však ich postoje v skutočnosti tak rozdielne?[65] Camusov aj Franklov človek objavuje podobný rozpor a má podobnú motiváciu zo svojej situácie hľadať východisko. Camus vidí rozpor medzi ľudským úsilím o jednotu, jasnosť a zmysel a svetom, ktorý toto popiera.[66] Frankl vidí rozpor medzi ideálom a realitou, medzi zmyslom a bytím. Nie je nápadná podobnosť medzi Camusovou vzburou človeka proti absurdite (v záujme svojej identity)[67] a Franklovým človekom, ktorý hľadaná zmysel? Hypotetická úvaha o zblížení Frankla a Camusa by mohla vychádzať aj z pokusu o odhalenie skrytého protirečenia v postojoch Camusa, hoci on sám by zrejme takúto interpretáciu neuznal.

To, čo ďalej zbližuje Camusa s Franklom, je odmietanie samovraždy.[68] Camusovo chápanie revolty, ktorej základom je solidarita a obeta v prospech

[62] Porov. CAMUS, A. *Der Mythos von Sisyphos. Ein Versuch über das Absurde.* Über. E. Grassi. Düsseldorf: Rowolt Verlag, 1956, s. 8-28.
Porov. PALENČÁR Človek a zmysel. *Filozofia,* s. 248.

[64] Porov. CAMUS *Der Mythos von Sisyphos*, s. 9, 98-101.

[65] Určitý rozpor je zachytený aj v práci Veselického. (Porov. VESELICKÝ *Camusovo vysporiadanie sa s absurdnom*).

[66] Porov. KUNZMANN, P. – BURKARD, F., P. – WIEDMANN, F. *Encyklopedický atlas filosofie.* Přel. M. Pokorný. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2001, s. 205.

[67] Porov. *ibid,* s. 205.

[68] Camus sa pýta: *„Žiť, či nežiť?“*, pýta sa, či život stojí za to, aby ho človek žil. Do svojich úvah nemieša žiadnu metafyziku ani vieru. Absurdno označuje za *„univerzálny dôvod“*

dobra, slobody a spravodlivosti a ktorá presahuje vlastný osud,[69] pripomína Franklovu transcendentnosť zmyslu. Camus by neobvinil Frankla z *„filozofickej samovraždy“,* lebo Frankl nestotožňuje vieru v zmysel s náboženskou vierou.[70]

Camusove postoje, v konečnom dôsledku, hovoria v prospech Franklovej viery v zmysel, ktorá je zakotvená v podstate človeka a je mu vlastná a prirodzená – hovoríme teraz nie o racionálnom chápaní zmyslu života, ale o pozitívnom životnom postoji. Ak by Camus nemal vo svojej filozofii Franklov „proživotný“ postoj, na základe čoho by potom mohol vysloviť, že jediná jednota, ktorú absurdno nemôže negovať, je sám život, alebo hovoriť, že človek má v záujme svojej identity, i napriek absurdite, trvať na svojom nároku na jednotu a dômyselnosť?

Treba ešte dodať, že Camus sa snaží vyrovnať sa so zmyslom života človeka bez Boha. „Diskurz absurdity“ považuje za nadradený nad „diskurz zmyslu“ a smrť považuje za istotu všetkých istôt. Palenčár však namieta, že aj smrť je – podobne ako nádej a zmysel – odsúdená na večné zajtra. „Diskurz absurdity“ a „diskurz zmyslu“ treba preto považovať zo spomínaného hľadiska minimálne za rovnocenné. Život v žiadnom okamihu a ani ako celok nemôže mať podľa Camusa zmysel. Ako východisko pre človeka v tejto situ-

samovraždy. Zaujíma ho priestor medzi konštatovaním samovraha, že život nemá zmysel a následným výstrelom. Hovorí, že človek, ktorý svoj život považuje za nezmyselný, sa ho nemusí nevyhnutne zrieknuť. Hovorí: *„Zabiť sa, to v určitom zmysle znamená... priznať sa, že život je nad naše sily alebo že mu nerozumieme.“* A to Camus odmieta. (Porov. CAMUS *Der Mythos von Sisyphos*, s. 13-14 a tiež porov. SOLDÁN, L. a kol. *Přehledné dějiny literatúry III.* 1. vyd. Praha: SPN, 1997, s. 215).

[69] Camus hovorí, že základom každej revolty je solidarita. Pokiaľ sa človek v priebehu revolty obetuje, koná tak v prospech dobra (slobody a spravodlivosti), ktoré presahuje jeho vlastný osud. Ak revolta poprie svoj pôvod v absurdne a solidarite a obetuje človeka v prospech údajne absolútneho konečného cieľa, ústí do nihilizmu a do opovrhnutia človekom. (Porov. CAMUS, A. *Člověk revoltující.* Přel. K. Lukešová. Praha: Orientace, 1995, s. 23-32.

[70] Camus kritizuje tak samovraždu ako aj *„skok teistov“* do náručia Boha. Kritizuje *„filozofickú samovraždu,“* ktorú spáchali Kierkegaard, Pascal, Dostojevkij, Šestov, Husserl a Jaspers a ktorá spočíva v *„obetovaní intelektu“*, v popretí rozumu v mene viery. Camus hovorí, že teisti absurdno negovali, odmietli a nahradili ho zmysluplnosťou, svojím Bohom. Boh, ako absolútno a zmysel, je opozitom ničoty a absurdna. Camus hovorí, že uskutočňovať takúto negáciu absurdna nie je vôbec nutné. S absurdnom sa môžeme vysporiadať aj vtedy, keď ho nenegujeme, ale ho necháme žiť. (Porov. CAMUS *Der Mythos von Sisyphos*, s. 29-46).

ácii ukazuje na Sizyfa, ktorý sa môže stať šťastným len ako „stoický hedonista“.[71]

8.2.2.6 Zmysel života u Dostojevského

Fjodor Michajlovič Dostojevskij (1821-1881), ruský spisovateľ, predstaviteľ realizmu, ovplyvnený existencializmom.[72] Téma zmyslu života sa objavovala popri filozofii aj v beletrii. Otázka Hamleta *„Byť či nebyť?“* je otázkou každej doby.[73] Dostojevskij žije uprostred rozmachu prírodných a technických vied, uprostred pozitivizmu, ktorý chce nahradiť doterajšie náboženstvá. Uprostred dôvery v rozum vyzýva k mravnej obrode človeka v duchu kresťanských ideálov. Individualizmus a strata náboženskej opory vedú, podľa neho, k duševnému rozvratu, k samovražde alebo k despotizmu. Riešenie nachádza v evanjeliovej prostote srdca.[74]

[71] Camus hovorí, že iba smrť je istá. Dokazuje, že život ako celok nemôže mať zmysel, lebo nemôže odkazovať, transcendovať za smrť, čo je prvý predpoklad zmysluplného. Človek nikdy nevie, kedy je celok jeho života uzavretý. Preto život nemá zmysel v žiadnom okamihu svojej časovej línie. Život treba žiť tak, ako ho žije odsúdenec na smrť, ktorý nikdy nevie, kedy ho vyvedú z cely – je vždy obrátený tvárou k smrti a nahý voči absurdnu. Nie je treba zakrývať si tento výhľad iluzórnym závojom zmyslu a nádeje – tým večným „zajtra“, pre ktoré sa oddá žiť dnešok. To, čo prežívame tu a teraz, nemá pokračovanie, nemá význam. Teraz je pozitívne dané, ale bez hodnoty. Všetko je rovnako dôležité a zároveň nedôležité, na všetkom záleží a zároveň nezáleží na ničom. Treba sa cítiť voči svetu dostatočne cudzí, aby sme mohli byť slobodní. Preto môže byť v takom svete Sizyfos šťastný i napriek tomu, že jeho činnosť nemá zmysel. Je „stoickým hedonistom“, ktorý hovorí: „Všetko je dobre tak.“ Palenčár dodáva, že Camus sa v argumentácii snaží vychádzať iba z pozitívnych daností ľudskej skúsenosti a vedomia. Za také považuje skúsenostné obsahy „tu a teraz“ a smrť ako istotu všetkých istôt. Neisté a nejasné je všetko neprítomné, hlavne budúce, v čom spočíva zmysel a nádej. Pre skúsenostné vedomie jednotlivca je aj smrť prítomná len nepriamo, práve svojou neprítomnosťou. (Porov. PALENČÁR Človek a zmysel. *Filozofia,* s. 249-251).

[72] Porov. BLECHA *Filosofický slovník,* s. 119.

[73] Spomeňme napríklad Exupéryho knihu *Citadela*. (Porov. SAINT-EXUPÉRY, A. *Citadela*. Přel. V. Dvořáková. 4. vyd. ve Vyšehradu. Praha: Vyšehrad, 1996. s. 99-101, 297. alebo porov. HAVLÍKOVÁ-ZUBOVÁ, Ľ. Dať životu zmysel. Recenzia knihy Antoine de Saint-Exupéry: Citadela. *Kultúrny život,* 2001, roč. 2, č. 50, s. 8 [8]).

[74] Porov. BALAJKA, B. *Přehledné dějiny literatúry I.* 4. vyd. Praha: Fortuna, 1999. s. 217-218.

Vďaka Dostojevskému sa vzťah k otázke človeka radikálne mení. Berďajev hovorí, že význam Dostojevského pre svet je ten, že znamená krízu humanizmu. Humanizmus nevystihoval celú hĺbku ľudskej prirodzenosti. Osobnosťami, ktoré patria v tej dobe do nových idealistických prúdov v Rusku, ktoré sa rozišli s pozitivizmom a materializmom a hlásili sa k odkazu Dostojevského, sú Solovjov, Rozanov, Merežkovskij, Bulgakov, Šestov, Belyj a Ivanov.[75]

Dostojevskij a Frankl

Hoci sa Frankl na Dostojevského neodvoláva často,[76] do Franklovho myšlienkového prúdu Dostojevskij zapadá. Podobne je to aj s inými osobnosťami tejto línie, ako napríklad Solovjov, Berďajev alebo Šestov.

Človek, tak pre Frankla, ako aj pre Dostojevského, nie je iba psychologickou, ale aj duchovnou bytosťou. Franklov človek v mnohom pripomína Dostojevského človeka. Človeka, ktorý si uvedomuje samého seba (svoju výnimočnosť),[77] nežije pre seba, ale iba pre iných, nachádza šťastie v slobodnom sebaobetovaní sa pre druhých,[78] nachádza zmysel, ako „*najproduktívnejšiu*

[75] Porov. BERĎAJEV, N., A. *Dostojevského pojetí světa.* Přel. I. Mesnjankina, J. Kranát. 1. vyd. Praha: OIKOYMENH, 2000*,* s. 137-140

[76] Frankl cituje Dostojevského v súvislosti s výkonom v utrpení, keď hovorí o sebe, že sa bojí, že nebude hodný svojho utrpenia alebo ho cituje v súvislosti s láskou: *„Milovať znamená vidieť druhého tak, ako ho vidí Boh.“* (FRANKL *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn,* s. 242 a porov. FRANKL *Ärztliche Seelsorge,* s. 119 (čes. vyd.: s. 112)).

[77] Východiskom Dostojevského je jedinečnosť a výnimočnosť človeka, ktorá spočíva v tom, že človek je schopný uvedomovať si samého seba. V dôsledku tohto svojho sebauvedomovania je človek uvedomelo aktívny a cíti sa pánom prírody. Avšak toto sebavedomie „koruny“ tvorstva je zdrojom hlbokého sebaklamu, ktorý sa prejavuje v rôznych ilúziách. (Porov. KOPANIČAK, J. Dostojevskij a problematika zmyslu života. *Filozofia.* 1995, roč. 50, č. 8, s. 432-438 [432]).

[78] Prostitútka Soňa v Dostojevského diele *Zločin a trest* obetuje nielen svoje telo a svoju povesť, ale berie na seba i večné zatratenie, len aby pomohla rodine svojho otca. Knieža Myškin v diele *Idiot* je stelesnenou láskou. Mnícha Zosimu v diele *Bratia Karamazovovci* sprevádza túžba po zdokonaľovaní seba samého a všetkých, ktorí k nemu prichádzajú. Dostojevskij učí, že láska k Bohu se prejavuje v láske k druhým, že človek nemá žiť iba pre seba a starať sa o vlastnú spásu, ale sa má cítiť zodpovedným za osud druhých a byť im užitočným. Šťastie osobnosti vidí v slobodnom sebaobetovaní sa pre druhých – hodnota človeka sa meria tým, koľko radosti a šťastia poskytuje ostatným ľuďom. (Porov. DOSTOJEVSKIJ, F. M. *Idiot.* 1. vyd. Přel. T. Silbernáglová a K. Bednár. Praha: Odeon, 2004, tiež porov. DOSTOJEVSKIJ, F. M. *Zločin a trest.* 1. vyd. Prel. J. Klaučo. Bratislava: Tatran, 1978 a tiež porov. DOSTOJEVSKIJ, F. M. *Bratia Karamazovci I.- II.* 1. vyd. Prel. J. Ferenčík. Bratislava: Tatran, 1990).

ilúziu", zmysel, ktorý je výsadou len človeka. *„Optimistická životná ilúzia"* Dostojevského[79] pripomína Schopenhauerovu životnú ilúziu prvých štyridsiatich rokov života človeka. Franklovi je však Dostojevského východisko z tejto situácie bližšie. Frankl hľadá východisko pre človeka v existenciálnej frustrácii tak, ako Dostojevskij pre človeka s deficitom *„ilúzie"* zmyslu života a s neschopnosťou tvoriť konkrétny životný program. Oboch to sužuje a napĺňa pocitom márnosti života.

8.2.3 Fenomenologické a existenciálne prístupy v psychológii

Z pokusov existenciálnych a fenomenologických filozofov čerpajú psychologické prístupy, ktoré sa snažia porozumieť osobnosti človeka z hľadiska introspekcie dostupných prežitkov. Dôraz je kladený na existenciálnu povahu sebauvedomenia. Osobný subjektívny zmysel a prežitková autentickosť tohto bytia sú nosnou silou v duševnom živote a ich nedostatok je zdrojom poruchy. Novšími predstaviteľmi, ktorí sa pokúsili vyjadriť svoje poňatie osobnosti, sú okrem Frankla R. Laing a R. May.[80] Svoju príslušnosť k fenomenologickej psychológii priznávajú aj C. R. Rogers a A. H. Maslow.[81]

[79] Dostojevskij hovorí, že najrozšírenejšia forma sebaklamu je ilúzia o živote ako o večnej, do výšky sa tiahnucej a stále nové úspechy prinášajúcej špirále. Ide o špirálu úspechov, ktorých obsah a hodnota závisí jedine od vôle a aktivity človeka. Človek v mladom a ešte viac v strednom aktívnom veku, keď je plný sily, aktívneho vzťahu k realite a pritom preniknutý neuhasiteľným smädom po kráse a láske, sa síce stretáva s nezvratnými udalosťami tragického rázu, ale tieto len zriedka narušujú optimistické životné ilúzie. Optimistické predstavy si vedomie a podvedomie vytvára bez účasti vôle, za účelom popierania smrti, za účelom eliminácie či aspoň zmiernenia strachu zo smrti. Túto úlohu plnia aj všetky náboženské teórie. Pod vplyvom uvedených ilúzií, vyplývajúcich z preceňovania kladných a príjemných stránok života, sa vytvára iracionálna viera o vlastnej výnimočnosti či nezraniteľnosti. Hoci ilúzia na jednej strane oslabuje a spútava ducha, na druhej strane na človeka pôsobí povzbudivo, a to tak, že za každých okolností, najmä pri „ranách osudu", ho utešuje, vracia mu nádej a chuť do života. Nie je dobre teda brať ľuďom ilúzie, pokiaľ im nemôžeme ponúknuť niečo lepšie. Ale i to lepšie nebude zasa nič iné než nová ilúzia. Teda akokoľvek sú ilúzie deformáciou života, sú to normálne stavy normálneho zdravého človeka a sú produktom samotnej ľudskej prirodzenosti. (Porov. KOPANIČAK Dostojevskij a problematika zmyslu života. *Filozofia,* s. 432-433).

[80] Porov. BALCAR *Úvod do studia psychologie osobnosti,* s. 194.

[81] Porov. HLAVINKA *Daseinsanalýza,* s. 53.

8.2.3.1 Ronald David Laing

Ronald David Laing (1927-1989), škótsky psychiater, svojím „experienciálne" založeným prístupom zdôrazňuje, že únik pred voľbou je rozhodujúci činiteľ poruchy osobnosti. Problém vidí v tom, že človek poprel vlastné hodnoty, a tým poprel pravosť svojho bytia v snahe prispôsobiť sa nárokom spoločenského okolia. Strata zmysluplného kontaktu so sebou samým znemožňuje primerané uspokojenie pudových motívov a vytvorenie uspokojivých vzťahov s druhými ľuďmi. Toto zlyhanie kontaktu s vlastným vnútorným životom i so životom druhých vzbudzuje bytostnú úzkosť, desivé sebaodcudzenie vlastnému vnútornému životu, ďalej zväčšuje osamotenosť človeka a robí ho neschopným konať tak, aby svoju existenciu zmenil. Ak vývoj v tomto bludnom kruhu pokračuje, človek začína upadať do psychotického zážitkového stavu ničoty.[82]

8.2.3.2 Rollo May

Rollo May (1909-1994), americký psychoanalytik, existencialista, vo svojej „existenciálnej psychológii" považuje odcudzenie seba samého za zdroj osobnostnej poruchy. V tradične chápanom „vyliečení", vo význame „stať sa prispôsobeným", podľa vzoru, predkladaného spoločenským okolím, vidí síce riešenie konfliktu a odstránenie úzkosti, ale za cenu vzdania sa vlastného bytia. Základnou vlastnosťou zdravej osobnosti je, naopak, schopnosť uvedomelej voľby a sebariadenie práve v opozícii voči vonkajším tlakom v živote: človek má jedinečnú schopnosť meniť skutočnosť tak, aby vyhovovala jeho potrebám, a vytvoriť si tak vlastný svet. Voľby, ktoré vykonáva, rozhodujú o tom, či bude smerovať k naplneniu svojich životných možností, alebo nie.[83]

8.3 Novotomizmus

Novotomizmus nadväzuje najmä na učenie Tomáša Akvinského. Všetci myslitelia novotomizmu považujú za dva najdôležitejšie pramene poznania kresťanské zjavenie a tomistickú filozofiu, ktorá sa opiera o Aristotela. Cez tomizmus pristupuje k celému vývoju modernej vedy a filozofie. V náuke

[82] Porov. BALCAR *Úvod do studia psychologie osobnosti,* s. 195.

[83] Porov. *ibid,* s. 195.

o poznaní sa škola musí vyrovnať predovšetkým s myšlienkami Kanta a s názormi idealistov. Napriek odlišným východiskám – Tomáš a Aristoteles na jednej strane, Kant, Hegel a moderná fyzika na druhej strane – môžeme hovoriť o istej pozoruhodnej zhode medzi novotomistickou metafyzikou a výsledkami práce modernej metafyziky mimo kresťanského sveta. Táto zhoda môže byť len ťažko náhodná. Môže svedčiť o tom, že bolo dosiahnuté niečo, čo by mohlo mať objektívnu platnosť aj mimo rámca rôznych škôl. Do tohto smeru sa radia F. Ehrle, C. Baeumker, M. Grabmann, E. Gilson, K. Gutberlet, J. Mausbach, G. R. Garrigou-Lagrange, E. Przywara. K najvýznamnejším súčasným predstaviteľom patrí J. Maritain a v Čechách M. Habáň, J. Pospíšil a J. Kratochvíl.[84]

8.3.1 Tomáš Akvinský

Tomáš Akvinský (1225–1274), taliansky teológ a filozof, jeden z najslávnejších mysliteľov Európy.[85] Najvýznamnejšie dielo, ktoré Tomáš Akvinský napísal, je Teologická suma. V Teologickej sume je vybudovaný ucelený systém, ktorý bol prijatý ako základ výkladu kresťanského názoru na svet.[86]

Filozofia a teológia sú posudzované u Tomáša Akvinského z pohľadu vzťahu k poslednému cieľu. Posledným cieľom človeka je Boh, poznanie Boha je preto veľmi dôležité.[87] Hlavným zámerom náuky Tomáša Akvinského je *„učiť poznaniu Boha nielen ako je Boh sám osebe, ale aj ako je Boh príčinou existencie a cieľom vecí, najmä človeka“*[88] Tomáš Akvinský oddeľuje filozofiu od teológie. Teologicky je ovplyvnený Augustínom a filozoficky Aristotelom. V psychológii a v etike vychádza z Aristotelovho učenia o vzťahu človeka k poslednému cieľu.[89]

[84] Porov. BLECHA *Filosofický slovník,* s. 373 a porov. STÖRIG *Malé dějiny filozofie,* s. 424-425.
[85] Porov. DUROZOI – ROUSSEL *Filozofický slovník,* s. 302.
[86] Porov. SOUKUP, E. – PAVELKA, A. *Úvod do Summy Theologické sv. Tomáše Akvinského.* Olomouc: Kristal, 1941, s 9-10.
[87] Porov. SIROVIČ, F. *Dejiny filozofie. Stredovek.* Trnava: Dobrá kniha, 1995, s. 64-65.
[88] „...Dei cognitionem tradere, et non solum secundum quod in se est, sed etiam secundum quod est principium rerum et finis earum, et specialiter rationalis creaturae...“ S. THOMAS AQUINAS. *Summa Theologica. Pars I.* Augustae Taurinorum: P. Marietti, s.a., s. 12 (čes. vyd.: *Theologická Summa 1. část.* Přel. Čala a kol. Olomouc: Kristal, 1938, s. 14).
[89] Porov. BLECHA *Filosofický slovník,* s. 420-422.

Náuku o poslednom cieli človeka vysvetľuje a dokazuje v Teologickej sume a dá sa zhrnúť do nasledujúcich téz:[90]

1. Človek môže konať cieľavedome.
2. Cieľavedome môže konať človek preto, lebo má rozum a vôľu.
3. Hodnota ľudského konania je daná cieľom, pre ktorý človek koná.
4. Existuje *“posledný cieľ“*[91] ľudského života.
5. Existuje iba jeden posledný cieľ ľudského života.
6. Človek by mal všetko, čo koná, konať pre posledný cieľ.
7. Existuje iba jeden posledný cieľ všetkých ľudí.
8. *„Cieľ, ktorý má človek dosiahnuť, je plnosť života.“*[92]

Každé konanie a rozhodnutie človeka má svoj cieľ, ku ktorému smeruje ľudská činnosť a ktorý je prirodzene dosiahnuteľný.[93] Inteligencia, podľa Tomáša Akvinského, umožňuje človeku dosiahnuť jasné poznanie dobra zostavením autentickej stupnice hodnôt. Človeku to však nie je vždy jasné, keďže sa v živote stretáva s rozmanitými požiadavkami, ktoré ho niekedy uvádzajú do omylu alebo vedú k výberu menšieho či iluzórneho dobra.[94] Tomáš Akvinský v tejto súvislosti hovorí, že plnosť života nespočíva ani v majetku, ani

[90] Porov. S. THOMAS AQUINAS. *Summa Theologica. Pars I. 2.* Augustae Taurinorum: P. Marietti, s.a., s. 1-9 (čes. vyd.: *Theologická Summa 2. část 1. díl.* Přel. Čala a kol. Olomouc: Kristal, 1938, s. 1-12).
[91] *„...ultimus finis...“ Ibid,* s. 5 (s. 6).
[92] *„...ultimus finis humanae vitae ponitur esse beatitudo...“ Ibid,* s. 1 (s. 1). V českom preklade Teologickej sumy je slovo *„beatitudo“* preložené ako *„blaženosť“*. V novších knihách sa používa slovo *„plnosť života“*.
[93] Aristoteles hovorí o dobre ako a cieli konania človeka, keď v diele *O duši* pojednáva o žiadostivosti: *„Je potrebné rozlišovať trojakú zložku: jedna je pohybujúca, druhá je nástrojom a tretia je pohybovaná. Pohybujúce je zase niečo dvojaké, jedno je samo nehybné, druhé je pohybujúce a pohybované. Nehybné je dobro, ako cieľ konania, pohybujúce a pohybované je žiadostivosť – lebo to, čo žiada a žiadostivosť je zároveň akýsi druh pohybu, pokiaľ je uskutočňovaním cieľa a nakoniec pohybované je živočích.“* (ARISTOTELES *O duši.* Přel. A. Kříž. Praha: Rezek, 1995, časť 433b 14-20, s. 106) Cieľ je chápaný, podľa Aristotela, ako jedna z príčin človeka. Sú štyri druhy príčiny: 1. látková príčina – látka – to, z čoho vec vzniká a čo v nej zostáva (kameň v soche), 2. formálna príčina (tvarová príčina) – forma – duchovne uchopiteľný obsah zodpovedajúci otázku „čo“ (z kameňa vytvorená postava), 3. pôsobiaca príčina (účinná príčina) – činiteľ, ktorý z látky formuje niečo určité (umelec), 4. cieľová príčina (účelová príčina) – cieľ – to, kvôli čomu činiteľ pôsobí, o čo sa usiluje (sochou chce zobraziť slávneho muža). (Porov. JOSEF DE VRIES *Základní pojmy scholastiky.* Přel. M. Pokorný. Praha: Rezek, 1998, s. 82-83)
[94] Porov. DUROZOI – ROUSSEL *Filozofický slovník*, s. 303.

v získaní uznania, mena a slávy, ani v moci, ani v zdraví a v slasti, ani v inom človeku, ani v duševných veciach a ani v ničom stvorenom.[95]

Beneš v tejto súvislosti vysvetľuje náuku Tomáša Akvinského a hovorí, že starosť o zdravie a hmotné zabezpečenie je v živote potrebná. Slasť je pre život človeka obohatením a podobne aj uznanie, meno a sláva prináša človeku radosť. Všetky tieto veci však nenaplnia najhlbšie túžby človeka a uspokojujú človeka vždy len čiastočne. Dosiahnutiu plnosti bráni ich relativita a ohraničenosť. Ľudské telo nemôže byť zdrojom plného šťastia, pretože je aj zdrojom utrpenia a smrti. Slasť zase trvá v čase a prítomný okamih, v ktorom človek prežíva potešenie, sa nedá zastaviť, ani ho nemožno neobmedzene predlžovať. Moc nedáva vládu nad tým, čo je v druhom človeku najcennejšie – nad jeho vnútrom, nad jeho ja. Človek a láska k nemu, ktorá vedie k splynutiu s druhým, naráža na hranice individuálnosti a svojbytnosti druhého. Človek zakúša, že nie je možné dokonalé splynutie dvoch bytostí. Kvôli tomuto napätiu medzi túžbou a jej nerealizovateľnosťou zostáva ľudská láska niečím relatívnym a nemôže byť absolútnym zdrojom šťastia.[96]

Tomáš Akvinský a Frankl

Teória Frankla je ovplyvnená Tomášom Akvinským. Smerovanie človeka k Bohu je u Frankla riadené Aristotelovým princípom entelechie. Tézy Tomáša Akvinského o poslednom cieli človeka, poukázanie na to, čo človeka od posledného cieľa odvádza, sú výstižným vyjadrením toho, čo je podstatou Franklovho chápania zmyslu života. Okrem toho Frankl Tomáša Akvinského aj vyslovene spomína.[97]

Frankl na základe Aristotela, respektíve Tomáša Akvinského, urobil obrat, ktorý aplikoval na človeka a ktorý je pre súčasnú dobu prínosom. Poukázal, že najdôležitejšia pre človeka nie je príčina účinná, ale účelová, o ktorej hovorí Frankl ako o zmysle. Prínos Frankla je teda v tom, že vrátil človeka z technického (pozitivistického) chápania do chápania pôvodného.

Franklovo chápanie morálky je tiež v súlade s chápaním Tomáša Akvinského, ktorý nechápal morálku tak, že človek musí konať pod diktátom pravidiel. V náuke Tomáša Akvinského je prítomné to, čo hovorí aj Frankl, že posledným kritériom konania človeka je jeho svedomie. Frankl podáva svoju

[95] Porov. S. THOMAS AQUINAS. *Summa Theologica. Pars I. 2.,* s. 9-18 (čes. vyd.: s. 12-24).
[96] Porov. BENEŠ, A. *Morální teologie.* 4. vyd. Praha: Kristal, 1994, s. 18-19.
[97] Porov. FRANKL *Was nicht in meinen Büchern steht,* s. 65 (čes. vyd.: s. 69).

teóriu formou súčasnej filozofie, formou filozofie Heideggera, existencializmu a fenomenológie.

8.3.2 Metoděj Habáň

Metoděj Habáň (1899-1984), český katolícky teológ, filozof, dominikán. Zaoberal sa psychológiou a etikou, bol prínosom v oblasti metafyziky, pedagogiky a filozofie prírody. Základným rysom jeho myslenia bol dôraz na tomisticky založenú spojitosť prirodzeného a nadprirodzeného poriadku podľa zásady *„milosť prirodzenosť neničí, ale zdokonaľuje.“*[98]

Habáň a Frankl

Habáň sa stotožňuje s Franklom, cituje ho. Badať to najmä v tom, že hovorí o cieli človeka,[99] zodpovednosti, rozhodovaní, slobode[100] a keď hovorí, že

[98] *„...gratia naturam non destruit, sed perficit...“* BLECHA *Filosofický slovník,* s. 373.
[99] Habáň hovorí, že v človeku existuje vedomie neúplnosti a nedostatočnosti. Každé konanie a rozhodnutie má svoj cieľ. Cieľom ľudskej činnosti je dosiahnuť dobro, ktorým je šťastie. Viac než byť šťastný si človek priať nemôže. Ak ostatné veci ako napríklad česť, rozkoš a slávu chce človek len pre ne samé, mýli sa, lebo sú nedokonalé a neúplné. Šťastie je dosiahnutie najvyššieho dobra, ktorým je Boh. (Porov. HABÁŇ, M. *Filosofická anthropologie.* Sv. 32. Řím – Rotterdam: Křesťanská akademie – Stojanov, 1981*,* s. 95-96).
[100] Habáň podáva svoj výklad slobody človeka, v ktorom hovorí, že sloboda dáva človeku veľkosť. Človek nemôže uniknúť vedomiu slobody, a tým ani zodpovednosti, aj keď sa niekedy snaží oboje potlačiť alebo poprieť. Vôľa nemôže chcieť nič iné ako to, čo posúdi rozum ako dobro. Dobro je predmetom túžby a chcenia vôle. Vnútorná sloboda ducha je nezávislosť od toho, od čoho človek závislým byť nemá, napríklad od emócií alebo od vášní v ich elementárnej forme. Sloboda však nevylučuje, naopak predpokladá, závislosť od poriadku, od autority, od mravnej zákonitosti, pretože touto cestou dochádza človek k svojmu zdokonaleniu. Človek je aktívnym tvorcom vlastného životného príbehu. Nikto iný nemôže za neho určovať jeho cestu, nikto nenahradí zodpovednosť, ktorú má človek za rozhodnutie v neopakovateľných udalostiach. Rozhodujúca pravda o živote je iba jedna, ako je jedna celá bytosť a osobnosť každého jedného človeka. Táto pravda o živote je vyjadrená jedinou voľbou, v ktorej sa rozhoduje o životnej úlohe, o zmysle a o aktivite. Voľba celoživotného rozhodnutia je začiatkom toho, čo má byť plne rozvinuté a privedené k dokonalosti. Každá jednotlivá životná voľba je výrazom individuality a originality každej osobnosti. Voľba nesie so sebou určité obmedzenie, ktoré však vedie k syntéze a jednote života podľa vlastnej zvolenej cesty. Rozhodnutie človeka, jeho konkrétna realizácia v živote a konečná fáza života (smrť – či už dobrá alebo zlá) sú od seba závislé a ich prostredníctvom sa napĺňa zmysel života. (Porov. *ibid,* s. 98-102, 110-114).

život je neľahkou úlohou, ktorá však má budúcnosť, a že život má byť obrátený k cieľu, čo je postavené na náuke Tomáša Akvinského o poslednom cieli.[101]

[101] Habáň hovorí, že do ľudskej dimenzie patrí aj presiahnutie vlastného bytia, ktoré sa prejavuje okrem iného tým, že človek hľadá zmysel vlastného bytia. V ľudskom bytí nejde len o nejaké „libido", o moc, o sebarealizáciu, ale o naplnenie zmyslu a o vôľu dosiahnuť zmysel. Ľudské bytie je vždy viazané na zmysel, aj keď človek o ňom vie málo. Existuje akési predvídanie o zmysle. Zmysel nemôže byť niekomu daný, ale musí byť osobne nájdený. Na tejto ceste sprevádza človeka svedomie, ktoré sa dá vyjadriť ako schopnosť intuitívne poznať jediný a jednoznačný zmysel, obsiahnutý v každej situácii. Každá osobnosť a každá situácia má svoju vlastnú entelechiu a potrebuje vyjasnenie. V každej situácii je potenciálny zárodok zmyslu, nielen subjektívny, ale i objektívny. Zmysel sa netýka iba určitej situácie, ale celej osobnosti, ktorá vstupuje do rôznych situácií. Človek ako človek tiahne k vlastnej úplnosti – entelechii, má v sebe potenciálny zárodok svojho zmyslu, ale aj jeho dosiahnutie. Duchovnou aktivitou je človek ďalej zdokonaľovaný a formovaný, a blíži sa k naplneniu zmyslu ľudského života. Cieľom života je šťastie, čo znamená dokonalý stav, podstatný súlad, v ktorom je radosť a obsiahnuté kvality človeka. Rozumný človek sa snaží v priebehu svojho života zo všetkého, čo ho stretáva, vyťažiť to najlepšie. A to i v situácii, keď musí čeliť ťažkým životným ranám, ktoré aktívne prijíma a nielen trpko znáša. (Porov. *ibid,* s. 154-156).

Použitá literatúra

ADAMČÍKOVÁ, M. Náboženské zvládanie náročných životných situácií. Diplomová práca pod vedením E. Klčovanskej. Trnava: FH TU, 1998/1999. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.

ADLER, A. *Smysl života.* Přel. Z. Vybíral. 1. vyd. Praha: Práh – Martin Vopěnka, 1995. 146 s. Přel. z: Der Sinn des Lebens. ISBN 80-858009-34-6.

ARENDTOVÁ, H. *Krize kultury. Čtyři cvičení v politickém myšlení.* 1. vyd. Přel. M. Palouš. Praha: Mladá fronta, 1994. 160 s. Přel. z: Between Past and Future. ISBN 80-204-0424-4.

ARISTOTELES *O duši.* Přel. A. Kříž. Praha: Rezek, 1995. 297 s. ISBN 80-901796-4-9.

BALCAR, K. Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. *Československá psychologie,* 1995, roč. 39, č. 2, s. 127-142 .

BALCAR, K. *Úvod do studia psychologie osobnosti.* 2. opr. vyd. Chrudim: MACH, 1991. 217 s. [ISBN neuvedené]

BALCAR, K. Životní smysluplnost, duševní pohoda a zdraví. *Československá psychologie,* 1995, roč. 39, č. 5, s. 420-424.

BALAJKA, B. *Přehledné dějiny literatúry I.* 4. vyd. Praha: Fortuna, 1999. 242 s. ISBN 80-7168-366-3.

BAŠTECKÁ, B. – GOLDMANN, P. *Základy klinické psychologie.* 1. vyd. Praha: Portál, 2001. 440 s. ISBN 80-7178-550-4.

BATTISTA, J. – ALMOND. R. The development of meaning in life. *Psychiatry,* 1973, roč. 36, s. 409-427.

BENESCH, H. *Encyklopedický atlas psychologie.* Přel. E. Labusová, M. Korbelík. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2001. Přel. z: dtv-Atlas Psychologie. 512 s. ISBN 80-7106-317-7.

BENEŠ, A. *Morální teologie.* 4. vyd. Praha: Kristal, 1994. 223 s. ISBN 80-901528-3-X.

BERĎAJEV, N., A. *Dostojevského pojetí světa.* Přel. I. Mesnjankina, J. Kranát. 1. vyd. Praha: OIKOYMENH, 2000. 147 s. Přel z.: Mirosozercanije Dostojevskovo. ISBN 80-7298-020-3.

BISER, E. – HAHN, F. – LANGER, M. *Der Glaube der Christen. Band 2: Ein ökumenisches Wörterbuch.* München-Stuttgart: Pattloch-Calwer Verlag, 1999. 570 s. ISBN 37668-3658-7.

BLECHA, I. a kol. *Filosofický slovník.* 1. vyd. Olomouc: FIN, 1995. 479 s. ISBN 80-7182-014-8.
BOLDIŠOVÁ, E. Šesť dobrých správ Scotta Pecka. Úvaha o knihe, čo neodišla s marcom. *Slovenské národné noviny,* 1995, roč. 6, č. 18-19, s. 8.
BOROŠ, J. Mladý človek a zmysel života. *Osvetová práca,* 1990, roč. 40, č. 4, s. 9-11.
BOROŠ, J. Psychologické aspekty zmyslu a kvality ľudského života (so zreteľom na stredoškolákov, vysokoškolákov a dôchodcov). *Pedagogická revue,* 2000, roč. 52, č. 1, s. 52-62.
BORYS, E. *Filozofia a dejiny filozofie. Výber textov.* Košice: PF UPJŠ, 1994. 364 s.
BUBER, M. *Já a Ty.* 1. vyd. Přel. J. Navrátil. Olomouc: Votobia, 1996. Přel. z: Ich und Du. 120 s. ISBN 80-7198-042-1.
BUBER, M. *Problém člověka.* 1. vyd. Přel. M. Skovajsa. Praha: Kalich, 1997. 159 s. Přel. z: Das Problem des Menschen. ISBN 80-7017-109-X.
BÚŠOVSKÁ, A. Niektoré atribúty zmysluplnosti života adolescentov. Diplomová práca pod vedením E. Naništovej. Trnava: FH TU, 1999/2000. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.
ČAJDÍK, Z. *Suicidálna motivačná schéma príslušníkov PZ SR.* Katedra sociálnej práce Fakulty zdravotníctva a sociálnej práce Trnavskej univerzity v Trnave. Trnava: 2000.
ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.
CAMUS, A. *Člověk revoltující.* Přel. K. Lukešová. Praha: Orientace, 1995. 304 s. sv. 17. Přel z: L´homme révolté. ISBN 80-202-0584-5.
CAMUS, A. *Der Mythos von Sisyphos. Ein Versuch über das Absurde.* Über. E. Grassi. Düsseldorf: Rowolt Verlag, 1956. 151 s. Über. von: Le Mythe de Sisyphe.
CEDLER, J. *Samovraždy a samovražedné pokusy z hľadiska psychiatrickej diagnózy.* Katedra psychiatrie Inštitútu pre ďalšie vzdelávanie lekárov a farmaceutov v Bratislave. Bratislava: 1987.
CORETH, E. *Co je člověk. Základy filozofické antropologie.* 1. vyd. Přel. B. Vik. Praha: Zvon, 1994. 211 s. Přel z: Was ist der Mensch. ISBN 80-7113-098-2.
CORSINI, R. J. *Encyclopedia of Psychology. Volume 2.* New York: John Wiley & Sons, 1984. 500 s. ISBN 0-471-86594-X (set).
COVEY, S., R. *7 návykov pre úspešný a harmonický život. Ako zdokonaliť seba a svoje vzťahy s ľuďmi.* Prel. M. Hrebičková. Bratislava: OPEN WINDOWS, 1994. Prel. z: The Seven Habits of Highly Effective People. Restoring the Character Ethic. 293 s. ISBN 80-85741-05-9.

CSIKSZENTMIHALYI, M. *O štěstí a smyslu života. Můžeme ovládat své prožitky a ovlivňovat jejich kvalitu?* Přel. E. Hauserová. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1996. 399 s. Prel. z: Flow. The psychology of optimal experience. ISBN 80-7106-139-5.
ČAČKA, O. *Psychologie vrstev duševního dění osobnosti a jejich autodiagnostika.* 2., opr. a dopl. vyd. Brno: Doplněk, 1998. 384 s. ISBN 80-7239-010-4.
COOK, B. – PHILLIPS, S. G. *Verlust und Trauer. Bedeutung – Umgang – Bewältigung.* Übers: M. Herrmann. Berlin/Wiesbaden: Ullstein Mosby, 1995. 118 s. Übers. aus: Loss and Bereavement. ISBN 3-86126-537-0.
ČSN ISO 690 (01 0197) *Bibliografické citace. Obsah, forma a struktura. Česká norma.* Praha: Český normalizační institut, 1996. 32 s.
DE VOGLER, K. L. – EBERSOLE, P. Categorization of college students, meaning of life. *Psychological Reports,* 1980, roč. 46, s. 387-390.
DEBATS, D., L. An inquiry into existencial meaning: Theoretical, clinical and phenomenal perspectives. In: REKER, G., T. – CHAMBERLAIN, K. *Exploring existential meaning. Optimizing human development across the life span.* Thousand Oaks-London-New Delhi: Sage Publications, 2000, s. 93-106.
DÉMUTH, A. *Existenciálne rozpoloženia a ich úloha pri poznaní a sebapoznávaní človeka. Náčrt fenomenologicko-existenciálnej analýzy rozpoložení.* Projekt disertačnej práce. Trnava: Katedra filozofie Trnavskej univerzity, 1999.
DITTMANN-KOHLI, F. – WESTERHOF, G., J. The personal meaning system in a life – span perspective. In REKER, G., T. – CHAMBERLAIN, K *Exploring existential meaning. Optimizing human development across the life span.* Thousand Oaks-London-New Delhi: Sage Publications, 2000, s. 107-122.
DOSTOJEVSKIJ, F. M. *Bratia Karamazovci I.* 1. vyd. Prel. J. Ferenčík. Bratislava: Tatran, 1990. Prel. z: Bratia Karamazovy. 624 s. ISBN 80-222-0286-X.
DOSTOJEVSKIJ, F. M. *Bratia Karamazovci II.* 1. vyd. Prel. J. Ferenčík. Bratislava: Tatran, 1990. Prel. z: Bratia Karamazovy. 360 s. ISBN 80-222-0287-8.
DOSTOJEVSKIJ, F. M. *Idiot.* 1. vyd. Přel. T. Silbernáglová a K. Bednár. Praha: Odeon, 2004. Přel. z: Idiot. 552 s. ISBN 80-207-1163-5.
DOSTOJEVSKIJ, F. M. *Zločin a trest.* 1. vyd. Prel. J. Klaučo. Bratislava: Tatran, 1978. Prel. z: Prestuplenije i nakazanije. 595 s. [ISBN neuvedené].
DÖRING, E. *Sinn des Lebens – Sinn des Todes. Perpektiven unserer Existenz.* 1. Aufl. Düsseldorf und Bonn: Parerga Verlag für Wissenschaft und Politik GmbH, 1994. 269 s. Bd. 2. ISBN 3-9803042-9-9.
DRAPELA, V. J. *Přehled teorii osobnosti.* Přel. K. Balcar. 1. vyd. Praha: Portál, 1997. 175 s. Přel. z: A review of personality theories. ISBN 80-7178-134-7.
DŘÍMAL, L. *Katecheze jako výchova víry.* 1. vyd. Olomouc: Matice cyrilometodějská s.r.o., 2002. 43 s. ISBN 80-7266-122-1.

DUFKOVÁ, D. – KRATOCHVÍL, S. Předběžná a metodická sdělení. Psychometrické zkoumání existenciální frustrace. *Československá psychologie,* 1967, roč. 11, s. 594-597.
DUROZOI, G. – ROUSSEL, A. *Filozofický slovník*. Přel. J. Binder a kol. Praha: EWA Edition, 1994. 352 s. Přel. z: Dictionnaire de philosophie. ISBN 80-85764-07-5.
DŽUKA, J.: Sebaaktualizácia a subjektívna pohoda u slovenskej a nemeckej mládeže. *Československá psychologie,* 1995, roč. 39, č.1, s. 28-39.
DŽUKA, J.: Subjektívna pohoda u slovenskej a rakúskej mládeže. *Československá psychologie,* 1994, roč. 38, č.3, s. 193-205.
ĎURICOVÁ, Z. Prežívanie zmyslu života u adolescentov s poruchami sociálneho správania. Diplomová práca pod vedením E. Klčovanskej. Trnava: FH TU, 2000/2001. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.
FARKAŠOVÁ, E. Exupéryho reportáže – eseje. Recenzia knihy Antoine de Saint-Exupéry: Dať životu zmysel. *Literárny týždenník,* 1996, roč. 9, č. 16, s. l3.
FLIPO, C., SJ Smysl našeho života. *Jezuité,* 1993, roč. 2, č. 4, s. 104-105.
FOUCAULT, M. *Dějiny šílenství. Hledání historických kořenů pojmu duševní choroby.* Přel. V. Dvořáková. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1994. Přel. z: Ľhistoire de la folie ŕľâge classique. 209 s. ISBN 80-7106-085-2.
FRANKL, V. E. *Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie.* Bem-Stuttgart-Wien: Velag Hans Huber, 1975. 407 s. ISBN 3-456-80106-8.
FRANKL, V. E. *Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse.* Ungekürz. Aus. Wien: Fischer Taschenbuch Verlag GmbH, 1985. 268 s. 1480-ISBN-3-596-42157-8. (Čes. vyd.: *Lékařská péče o duši. Základy logoterapie a existenciálni analýzy.* Přel. V. Jochman. [2. vyd.] Brno: Cesta, 1994. 237 s. ISBN 80-85319-39-X.)
FRANKL, V. E. *Člověk hledá smysl. Úvod do logoterapie.* Přel. Z. Trtík. 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství J. Kocourek, 1994. 88 s. Ed. Psychoterapie. Sv. 5. Přel. z: Man´s search for meaning. ISBN 80-901601-4-X.
FRANKL, V. E. *Das Leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie für heute.* 9. Aufl. Freiburg. Basel. Wien: Herder, 1977. 126 s. Herderbücherei. Bd. 4030. ISBN 3-451-04030-1.
FRANKL, V. E. *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk.* München Zürich: R. Piper & Co. Verlag, 1979. 311 s. ISBN 3-492-02492-0.
FRANKL, V. E. *Der unbewußte Gott. Psychoterapie und Religion.* 7. Aufl. München: Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co., 1988. 130 s. ISBN 3-466-20302-3.

FRANKL, V. E. *Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vorträge über Logotherapie. Mit einem Beitrag von Elisabeth S. Lukas.* Bern-Stuttgart-Wien: Verlag Hans Huber, 1972. 294 s. ISBN 3-456-30526-5. (Čes. vyd.: *Vůle ke smyslu. Vybrané přednášky o logoterapii. S příspěvkem Elisabeth S. Lukasové.* Přel. V. Jochman. Brno: Cesta, 1994. 212 s. ISBN 80-85139-29-2.)
FRANKL, V. E. *Die Psychotherapie in der Praxis. Eine kasuistische Einführung für Ärzte.* 3. erweit. und neu bearbeit. Aufl. Wien: Verlag Franz Deuticke, 1975. 272 s. ISBN 3700544162.
FRANKL, V. E. *Die Sinnfrage in der Psychotherapie. Mit einem Vorwort von Franz Kreuzer.* 5. Aufl. München-Zürich: R. Piper & Co. Verlag, 1994. 199 s. Bd. 577. ISBN 3-492-10577-7.
FRANKL, V. E. Dynamika a hodnoty. *Československá psychologie,* 1990, roč. 34, č. 6, s. 542-547.
FRANKL, V. E. Má zmysel hľadať zmysel? (Podľa „Nachlese" pripravila L. Pavly) *Kultúrny život,* 1992, roč. 26, č. 18, s. 7.
FRANKL, V. E. Otázka zmyslu bytia z pohľadu existenciálnej psychoterapie. *Telegraf (Nedeľný telegraf),* 1992, roč. l, č. 186, s. 19.
FRANKL, V. E. Předmluva. In POPIELSKI, K. *Człowiek – pytanie otwarte. Studia z logoteorii i logoterapii.* 1. wyd. Lublin: Redakcja Wydawnictw KUL, 1987. 337 s. ISBN 83-00-00667-2. s. 5-6.
FRANKL, V. E. *Psychotherapie für den Laien. Rundfunkvorträge über Seelenheilkunde.* 2. Aufl. Freiburg im Breisgau: Herder, 1971. 185 s. Herderbücherei. Bd. 387. (Čes. vyd.: *Psychoterapie pro laiky.* Přel. V. Smékal. Brno: Cesta, 1998. 158 s. ISBN 80-85319-80-2.)
FRANKL, V. E. *Theorie und Therapie der Neurosen.* 5. erw. Auf. München-Basel: E. Reinhardt, 1983. 225 s. ISBN 3-497-01000-6. (Čes. vyd.: *Teorie a terapie neuróz. Úvod do logoterapie a existenciální analýzy.* Prel. K. Balcar. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999. 172 s. ISBN 80-7169-779-6.)
FRANKL, V. E. *...trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager.* München: Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KG, 1982. 197 s. Bd. 10023. ISBN 3-466-10019-4. (Čes. vyd.: *A přesto říci životu ano. Psycholog prožívá koncentrační tábor.* Přel. J. Hermach. Kostelní Vydří: Karmelitánske nakladatelství, 1996. 127 s. ISBN 80-7192-095-9.)
FRANKL, V. E. Vôľa k zmyslu. *Filozofia,* 1992, roč. 47, č. 11, s. 680-686.
FRANKL, V. E. *Was nicht in meinen Büchern steht. Lebenserinnerungen.* Weinheim und Basel: Beltz, 2002. 114 s. ISBN 3-407-22757-4. (Čes. vyd.: *Co v mých knihách není. Autobiografie.* Přel. L. a J. Švancarovi. Brno: Cesta, 1997. 117 s. ISBN 80-85319-66-7.)

FRANKL, V. E. *Zeiten der Entscheidung.* 3. Aufl. Freiburg im Breisgau: Herder, 1996. 220 s. Herderbücherei. Bd. 4861. ISBN 3-451-04861-2.

FREUD, S. *Sebrané spisy Sigmunda Freuda. Nová řada přednášek k úvodu do psychoanalýzy. Patnácta kniha.* 1. vyd. Přel. E. Wišňovský a J. Pechar. Praha: Psychoanalytické nakladatelství J. Kocourek, 1997. 157 s. Přel. z: Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse (G. W. B. 15). ISBN 80-86123-00-6.

FREUD, S. *Sebrané spisy Sigmunda Freuda. Spisy z pozůstalosti 1892-1938. Sedmnácta kniha.* 1. vyd. Přel. M. Kopal. Praha: Psychoanalytické nakladatelství J. Kocourek, 1996. 155 s. Přel. z: Schriften aus dem Nachlass (G. W. B. 17). ISBN 80-901601-7-4.

FREUD, S. *Totem und Tabu. Einige Übereinstimmungen im Seelenleben der Wilden und der Neurotiker.* Ungekürzt. Ausg. Frnankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag GmbH, 1973. 170 s. ISBN 3 436 01139 8. (V českom jazyku tento titul súčasťou knihy: FREUD, S. *Totem a tabu. Vtip (teoretická část).* 2. vyd. Přel. L. Hošek. Praha: PRÁH, 1991. 181 s. ISBN 80-900835-1-X.)

FROMM, E. *Umění milovat.* Přel. J. Vinař. Praha: Nakladatelství Josefa Šimona, 1996. Ed. Český klub. 125 s. Přel z.: The Art of Loving. ISBN 80-85637-26-X.

FUCHS, J. *Filosofie 6. Problém osobnosti.* 1. vyd. Praha: Krystál OP, 2002. 276 s. ISBN 80-85929-55-4.

GEBHARD, J. Die Grenze zwischen normal und seelisch krank. *Kurier,* 2003, Nr. 165, s. 20.

GIBELLINI, R. *Teológia XX. storočia.* Prel. J. Tomaščín a A. Košťál. Prešov: Vydavateľstvo Michala Vaška, 1999. Ed. LOGOS. 450 s. Prel. z: La teologia del XX secolo. ISBN 80-7165-223-7.

GRÜN, A. – DUFNER, M. *Spiritualita zdola.* Přel. J. Hermach. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1997. 70s. Přel. z: Spiritualität von unten. ISBN 80-7192-167-X.

GUARDINI, R. *Konec novověku. Pokus o orientaci.* 1. vyd. Přel. O. Veselý. Praha: Vyšehrad, 1992. 95 s. Přel. z: Das Ende der Neuzeit. ISBN 80-7021-055-9.

HABÁŇ, M. *Filosofická anthropologie.* Sv. 32. Řím – Rotterdam: Křesťanská akademie – Stojanov, 1981. 162 s.

HALAMA, P. Exploring Existential Meaning: Optimizing Human Development Across the Life Span. Recenzia. *Československá psychologie,* 2000, roč. 44, č. 1, s. 91-92.

HALAMA, P. Medzinárodná konferencia „Searching for Meaning in the new Millenium". *Československá psychologie,* 2000, roč. 44, č. 6, s. 553–554.

HALAMA, P. Paul T. P. Wong, Prem s. Fry: The Human Quest for Meaning. A Handbook of Psychological Applications. Recenze. *Československá psychologie,* 1999, roč. 43, č. 3, s. 282-283.

HALAMA, P. Problém svedomia v existenciálnej analýze a logoterapii V. E. Frankla. *Filozofia,* 2002, roč. 57, č. 3, s. 206-212.

HALAMA, P. Teoretické a metodologické prístupy k problematike zmyslu života. *Československá psychologie,* 2000, roč. 44, č. 3, s. 216-236.

HALAMA, P. Teorie a terapie neuróz. *Československá psychologie,* 2000, roč. 44, č. 1, s. 90-91.

HALÍK, T. *Co je bez chvění, není pevné. Labyrintem světa s vírou a pochybností.* Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2002. 379 s. ISBN 80-7160-628-1.

HARTL, P. – HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník.* 1. vyd. Praha: Portál, 2000. 776 s. ISBN 80-7178-303-X.

HAUGHT, J., F. *What is religion? : an introduction.* Mahwah, New Jersey: Paulist Press, 1990. ISBN 0-8091-3117-X.

HAVLÍKOVÁ-ZUBOVÁ, Ľ. Dať životu zmysel. Recenzia knihy Antoine de Saint-Exupéry: Citadela. *Kultúrny život,* 2001, roč. 2, č. 50, s. 8.

HEER, J. *Leben hat Sinn. Christliche Existenz nach dem Johannesevangelium.* 5. Aufl. Stuttgart: Verlag Katholisches Bibelwerk GmbH, 1986. 237 s. Geist und Leben. ISBN 3-460-18051-X.

HEIDBRINK, H. *Psychologie morálního vývoje.* Prel. O. Müller. 1. vyd. Praha: Portál, 1997. 176 s. Prel. z: Einführung in die Moralpsychologie. ISBN 80-7178-154-1.

HELLER, J. Osvobození od „Já". *Křesťanská revue,* 1994, roč. 61, č. 9, s. 227-229.

HELLER, J. Průhled k cíli. *Křesťanská revue,* 1998, roč. 65, č. 2, s. 36-38.

HELLER, J. Stríženec: Psychológia náboženstva. Recenzia. *Československá psychologie,* 1997, roč. 41, č. 3, s. 276.

HERBUT, J. a kol. *Leksykon filozofii klasycznej.* Lublin: Wydawnictwo towarzystwa naukowego KUL, 1997. 577 s. ISBN 83-86668-58-X.

HERMANS, H., J., M. Meaning as an organized process of valuation: A self – confrontational approach. In WONG, P., T., P. – FRY, P., M. *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications.* Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, 1998, s. 317-334.

HESSE, H.: *Souborné dílo V. Demian. Klingsor. Siddhártha.* 1.vyd. Přel. V. Slezák. Olomouc: ARGO Moravské tiskárny, 2000. Přel. z: Demian. Klingsor. Siddhartha. 375 s. ISBN 80-7203-251-8.

HLAVATÝ, P. Smysl dneška – přemítání s Viktorem Franklem. Recenze na Viktor E. Frankl: Vůle ke smyslu. *Prostor,* 1994, roč. 8, č. 29, s. 171-173.

HLAVINKA, P. *Daseinsanalýza. Setkání filosofie s psychoterapií.* Olomouc: UP, 2001. 109 s. ISBN 80-244-0304-8.

HOMOLA, M. – TRPIŠOVÁ, D. *Psychologie osobnosti. (Stručný výkladový slovník)* 1. vyd. Olomouc: UP FF, 1992. 168 s.

HOSKOVEC, J. Profesor Viktor Emil Frankl devadesátiletý. *Československá psychologie,* 1995, roč. 39, č. 1, s. 88-89.
HRDLIČKA, M. Arthur Schopenhauer – Filosofie pesimismu jako léčebný prostředek deprese. *Československá psychologie,* 2002, roč. 46, č.1, s. 75-82.
HRDLIČKA, M. – FANTA, V. Žízeň je nejjistější důkaz, že musí existovat voda. Prof. dr. Viktor E. Frankl. *Mladý svět,* 1994, roč. 36, č. 19, s. 38.
HUSSERL, E. *Krize europských věd a transcendentální filosofie. Úvod do fenomenologicke filozofie.* Přel. H. Kubová, P. Kuba. 1. vyd. Praha: Academia, 1996. 568 s. Originál vyšel v rade „Husserliana" ve sv. VI. (1954). ISBN 80-200-0561-7.
HURTOVÁ, A. Vzťah medzi religiozitou a spokojnosťou so životom. Diplomová práca pod vedením M. Stríženca. Trnava: FH TU, 1999/2000. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.
HUŠEK, V. *Standardizace a validizace testů životního smyslu.* Diplomová práce pod vedením S. Morávka. Olomouc: UP FF, 1998. 83 s.
HVOZDÍK, S. Kočík, J. Filozofický a teologický pohľad na dynamickú psychológiu. Recenzia. *Viera a život,* 1999, roč. 9, č. 3, s. 273-275.
JACOBI, J. *Psychologie C. G. Junga.* Přel. L. Menšíková a J. Kocourek. 1. vyd. Edice Psychoterapie sv. 2. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1992. 79 s. Přel z: Die Psychologie von C. G. Jung.
JANÁT, B. Viktor Emil Frankl a příběh XX. století. Zamyšlení nad knihou V. E. Frankla „Člověk hledá smysl. Úvod do logoterapie." *Československá psychologie,* 1995, roč. 39, č. 3, s. 259-264.
JANOUŠEK, J. – HOSKOVEC, J. – ŠTIKAR, J. *Psychologický výkladový atlas.* Praha: Vydavatelství UK Karolínum a Academia, 1993. 281 s. ISBN 80-7066-716-8
JAROŠ, J. Monty Python: Smysl života. Recenze. *Mladý svět,* 2002, roč. 44, č. 8, s. 34 .
JASPERS, K. *Filosofická víra*. Přel. A. Havlíček. 1. vyd. Praha: OIKOYMENH, 1994. 106 s. Přel. z: Der philosophische Glaube. ISBN 80-85241-77-3.
JASPERS, K. *Rozum a existencia. Päť prednášok.* Prel. P. Elexová. 1. vyd. Bratislava: Kalligram, 2003. 142 s. Prel. z: Vernunft und Existenz. ISBN 80-7149-553-0.
JASPERS, K. *Šifry transcendence*. Přel. V. Zátka. 3. vyd. Praha: Vyšehrad, 2000. 140 s. Přel. z: Chiffren der Transzendenz. ISBN 80-7021-335-3.
JASPERS, K. *Úvod do filosofie. Dvanáct rozhlasových přednášek*. Přel. A. Havlíček. 1. vyd. Praha: OIKOYMENH, 1996. 119 s. Přel. z: Einführung in die Philosophie. ISBN 80-86005-05-4.

JOSEF DE VRIES *Základní pojmy scholastiky.* Přel. M. Pokorný. Praha: Rezek, 1998. 102 s. Prel z: Grundbegriffe der Scholastik. ISBN 80-86027-11-2.
JUHÁSOVÁ, M. Obraz Boha u depresívnych pacientov – kresťanov. Diplomová práca pod vedením M. Stríženca. Trnava: FH TU, 2001/2002. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.
JUNG, C., G. *Výbor z díla II. Archetypy a nevědomí.* 1. vyd. Zost. H. Barz a kol. Přel. E. Bosáková, K. Černá, J. Černý. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1997. 437 s. Přel z: Archetyp und Unbewußtes. ISBN 80-85880-16-4.
Katechizmus katolické Církve. Napsaný po druhém ekumenickém Vatikánskem koncilu. Přel. J. Koláček. 1. vyd. Praha: Zvon, 1995. 793 s. Přel. z.: Catéchisme de l,Eglise catholique. ISBN 80-7113-132-6.
KAČALA, J. a kol. *Krátky slovník slovenského jazyka.* 2. opr. vyd. Bratislava: Veda SAV, 1989. 592 s. ISBN 80-224-0003-3.
KAŠPARŮ, M. *O radostech lidské duše s Maxem Gašparů.* Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001. 89 s. ISBN 80-7192-549-7.
KIERKEGAARD, S. *Nácvik křesťanství – suďme sami!* Přel. M. Mikulová Thulstrupová. 1. vyd. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2002. 279 s. ISBN 80-7325-004-7.
KIERKEGAARD, S. *Skutky lásky. Několik křesťanských úvah ve formě proslovů.* Přel. M. Mikulová Thulstrupová. 1. vyd. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2000. 271 s. ISBN 80-85959-68-2.
KOPANIČAK, J. Dostojevskij a problematika zmyslu života. *Filozofia,* 1995, roč. 50, č. 8, s. 432-438.
KOPASOVÁ, M. Prežívanie zmyslu života alkoholikov vzhľadom k liečbe. Diplomová práca pod vedením O. Kondáša. Trnava: FH TU, 1999/2000. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.
KOROTKOV, D. The sense of coherence: Making sense out of chaos. In WONG, P., T., P. – FRY, P., M. *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications.* Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, 1998, s. 50-70.
KOSOVÁ, B. Zmysel života a ciele výchovy. *Pedagogická revue,* 1993, roč. 45, č. 5-6, s. 241-252.
KOVÁČ, A. Viktor Emanuel Frankl – život a postoj k utrpeniu. *Duchovný pastier,* 1999, roč. 80, č. 6, s. 257-265.
KOVÁČ, D. Kvalita života – naliehavá výzva pre vedu nového storočia. *Československá psychologie,* 2001, roč. 45, č. 1, s. 34-44.

KRATOCHVÍL, S. K problému existenciální frustrace. *Československá psychiatrie,* 1966, roč. 62, s. 322-326.
KRATOCHVÍL, S. K psychoterapii existenciální frustrace. *Československá psychiatrie,* 1961, roč. 57, s. 186-191.
KRATOCHVÍL, S. *Manželská terapie.* 3. roz. vyd. Praha: Portál, 2000. 264 s. ISBN 80-7178-332-3.
KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie.* 3. dopl. vyd. Praha: Portál, 1998. 392 s. ISBN 80-7178-414-1.
KŘIVOHLAVÝ, J. Homo religiosus. *Československá psychologie,* 2002, roč. 46, č.2, s. 185-186.
KŘIVOHLAVÝ, J. Logoterapeutické dny v Brně. *Československá psychologie,* 1994, roč. 38, č. 1, s. 84-85.
KŘIVOHLAVÝ, J. *Mít pro co žít.* 1. vyd. Praha: Návrat domů, 1994. 94 s. ISBN 80-85495-33-3.
KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie nemoci.* 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2002. 198 s. ISBN 80-247-0179-0.
KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví.* 1. vyd. Praha: Portál, 2001. 280 s. ISBN 80-7178-551-2.
KŘIVOHLAVÝ. J. Stríženec: Psychológia náboženstva. Recenzia. *Československá psychologie,* 1997, roč. 41, č. 3, s. 277.
KUDLÁČOVÁ, B. Mladý človek a jeho hľadanie zmyslu života. *Vychovávateľ,* 1999, roč. 42, č. 5-6, s. 19-22.
KUKUČKOVÁ, E. Vplyv religiozity na zvládanie záťažaže u starých ľudí. Diplomová práca pod vedením M. Stríženca. Trnava: FH TU, 2000/2001. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.
KÜBLER-ROSS, E. *Interviews mit Sterbenden.* Übers. U. Leippe. München: Droemersche Verlagsanstalt Th. Knaur Nachf., 1999. 349 s. Übers. aus: On Death and Dying. ISBN 3-426-77426-7. (Čes. vyd.: *Hovory s umírajícími.* Přel. B. Dvořáček. Hradec Králove: SIGNUM UNITATIS, 1992. 135 s. Přel z: On Death and Dying. ISBN 80-85439-04-2).
KÜBLER-ROSS, E. *Leben bis wir Abschied nehmen. Mit 80 Fotos von Mal Warshaw.* 4. Aufl. Übers. Ch. Reich. Gütersloh: Gütersloher Verl.-Haus, 1998. 174 s. Übers. aus: To live until we say good-bye. Bd. 955. ISBN 3-579-00955-9.
KÜBLER-ROSSOVÁ, E. *Odpovědi na otázky o smrti a umírání. Etický manuál pro mediky, lékaře a sestry.* Přel. T. Drábek, J. Tolár, J. Drábková. Praha: Tvorba s.r.o., 1995. 288 s. Přel. z: Questions and Answers on Death and Dying.
KÜBLER-ROSSOVÁ, E. *Život a umírání. Kurs šťastného umírání.* 2. vyd. Hradec Králové: SIGNUM UNITATIS v spolupráci s agentúrou TMG, 1992. 24 s.

KUDLÁČOVÁ , B. Mladý človek a jeho hľadanie zmyslu života. *Vychovávateľ,* 1999, roč. 42, č. 5-6, s. 19-22.
KUDLÁČOVÁ , B. Mladý človek a jeho hľadanie zmyslu života II. *Vychovávateľ,* 1999, roč. 42, č. 7-8, s . l9-22.
KUDLÁČOVÁ , B. Mladý človek a jeho hľadanie zmyslu života III. *Vychovávateľ,* 1999, roč. 42, č. 9-10, s. 23-24.
KUNZMANN, P. – BURKARD, F., P. – WIEDMANN, F. *Encyklopedický atlas filosofie.* Přel. M. Pokorný. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2001. Přel. z: dtv-Atlas Philosophie. 265 s. ISBN 80-7106-339-8.
LANDSBERG, P. L. *Zkušenost smrti.* Přel. L. Hejdánek – J. Sokol. 1. vyd. Praha: Vyšehrad, 1990. 208 s. ISBN 80-7021-054-0.
LAUKOVÁ, M. Miera prežívania zmysluplnosti u konzumentov návykových látok. Diplomová práca pod vedením E. Klčovanskej. Trnava: FH TU, 1998/1999. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.
LÄNGLE, A. *Smysluplně žít. (Aplikovaná existenciální analýza.)* Přel. K. Balcar. Brno: Cesta, 2002. Přel. z: Sinnvoll leben. 79 s. ISBN 80-7295-037-1.
LETZ, J. *Filozofická antropológia. Príspevok ku kreačno-evolučnému porozumeniu človeka.* Edícia Filozofickej sekcie ÚSKI a SKA zv. 4. Bratislava: Charis s.r.o., 1994. 153 s. ISBN 80-88743-07-9.
LETZ, J. *Metafyzika a ontológia. Príspevok k tvorbe kreačno-evolučnej ontológie.* 1. vyd. Edícia Filozofickej sekcie zv. 3. Bratislava: ÚSKI, 1993. 342 s. ISBN 80-85293-02-1.
LITTLE, B., R. Personal project pursuit: Dimension and dynamics of personal meaning. In WONG, P., T., P. – FRY, P., M. *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications.* Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, 1998, s. 193-212.
LUGTON, J. *Kommunikation mit Sterbenden und ihren Angehörigen. Mit einem Geleitwort von Annie T. Altschul.* Übers: K. Helleport. Berlin/Wiesbaden: Ullstein Mosby, 1995. 134 s. Übers. aus: Communicating with Dying People and their Relatives. ISBN 3-86126-538-9.
LUKAS, E. *Auf den Stufen des Lebens. Meine bewegendsten Fallbeispiele aus der Seelenheilkunde nach Viktor E. Frankl.* Origalausg. Gütersloh: Quell/Gütersloher Verlaghaus, 2001. 142 s. ISBN 3-579-03381-6.
LUKAS, E. *LOGO-TEST. Test zur Messung von "innerer Sinnerfüllung" und „existentieller Frustration". Handanweisung.* Fürstenfeldbruck: Süddeutsches Institut für Logotherapie GMBH. 35 s. (Čes. vyd.: *LOGO-TEST. Zkouška k měření „prožívané smysluplnosti" a „existenciální frustrace". Návod na použití.* Přel. K. Balcar. Chrudim: Nakladatelství MACH, 1992. 20 s.)

LUKAS, E. *Psychologische Seelsorge. Logotherapie – die Wende zu einer menschenwürdigen Psychologie.* [1. Aufl.] Freiburg im Breisgau: Herder, 1985. 253 s. Herderbücherei. Bd. 1180. ISBN 3-451-08180-6.

LUKAS, E. *Psychoterapie in Würde. Sinnorientierte Lebenshilfe nach Viktor E. Frankl.* Berlin – München: Quintessenz Verlags-GmbH, 1994. 211 s. ISBN 3-86128-281-X.

LUKAS, E. *Sehnsucht nach Sinn. Logotherapeutische Antworten auf existentielle Fragen.* 2. Auf. München – Wien: Profil, 1999. 155 s. ISBN 3-89019-473-7.

LUKAS, E. *Spannendes Leben. In der Spannung zwischen Sein und Sollen. Ein Logotherapiebuch.* [2. Aufl.] München: Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KG, 1996. 206 s. Dialog und Praxis. Bd. 35112. ISBN 3-86128-200-3.

LUKAS, E. *Vom Sinn des Augenblicks. Facetten erfüllten Lebens.* 1. Aufl. München, Kösel-Verlag GmbH & Co., 2002. 138 s. ISBN 3-466-36606-2.

LUKAS, E. *Von der Tiefen- zur Höhenpsychologie. Logotherapie in der Beratungspraxis.* [1. Aufl.] Freiburg im Breisgau: Herder, 1983. 428 s. Herderbücherei. Bd. 1020. ISBN 3-451-08020-6.

LUKAS, E. Zur Validierung der Logotherapie In FRANKL, V. E. *Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vorträge über Logotherapie. Mit einem Beitrag von Elisabeth S. Lukas.* Bern-Stuttgart-Wien: Verlag Hans Huber, 1972. (Čes. vyd.: *Vůle ke smyslu. Vybrané přednášky o logoterapii. S příspěvkem Elisabeth S. Lukasové.* Přel. V, Jochman. Brno: Cesta, 1994)

LUKASOVÁ, E. *I tvoje utrpení má smysl. Logoterpeutická útěcha v krizi.* Přel. J. Vašíčková. Brno: Cesta 1986. 191 s. Přel. z: Auch dein Leiden hat Sinn. ISBN 80-85319-79-9.

LUKASOVÁ, E. *Logoterapie ve výchově*. Přel. K. Balcar. 1. vyd. Praha: Portál 1997. 208 s. Přel. z: Sinn in der Familie. ISBN 80-7178-180-0.

MADI, S., R. Creating meaning trough making decision. In WONG, P., T., P. – FRY, P., M. *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications.* Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, 1998, s. 3-26.

MADLAFOUSEK, J.: Láska k blížnímu v pleistocénu a dnes. *Československá psychologie,* 1994, roč. 38, č.1, s. 53-65.

MACHOVEC, M. *Smysl lidské existence.* 1. vyd. Praha: Akropolis, 2002. 128 s. ISBN 80-7304-016-6.

MAREK OP, A. M. *Psychologie.* 2. dopl. vyd. Olomouc: Matice cyrilometodějská s.r.o., 2000. 597 s. ISBN 80-7266-047-0.

MASLOW, A. H. *Ku psychológii bytia*. Prel. M. Bača. Bratislava: Persona, 2000. 223 s. ISBN 80-967980-4-9.

MERHAUT, B. Smysl života. *Český zápas,* 1993, roč. 73, č. 16, s. 4.

MURPHY, J. *Nekonečný prameň vašej sily. Kľúčová kniha pozitívneho myslenia.* Prel. M. Sýkorová. Bratislava: Svornosť, 2002. 239 s. Prel. z Die unendliche Quelle Ihrer Kraft. ISBN 80-88915-10-4.

NAKONEČNÝ, M. *Základy psychologie.* 1. vyd. Praha: Academia, 1998, dotisk 2002. 590 s. ISBN 80-200-0689-3.

NEMČEKOVÁ, M. Zmysel života, či smrti? *Filozofia,* 2000, roč. 55, č. 6, s. 484-493.

NESNÍDALOVÁ, R. Prof. dr. V. E. Frankl (+2.září 1997 ve Vídni). *Česká a slovenská psychiatrie,* 1998, roč. 94, č. 2, s. 108.

NEWCOMB, M., D. – HARLOW, L., L. Life events and substance use among adolescens: Mediating effects of perceived loss of control and meaninglessness in life. *Journal of Personality and Social Psychlogy,* 1986, roč. 51, č. 3, s. 564-577.

NIDA-RÜMELIN, J. *Slovník současných filosofů.* Přel. A. Bakešová a kol. 1. vyd. Praha: Garamond, 2001. 536 s. Přel. z Philosophie der Gegenwart. ISBN 80-86379-29-1.

NOHEJL, M. *Lebenswelt a každodennost v sociologii Alfreda Schütze. Pojednání o východiscích fenomenologické sociologie.* 1. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2001. 117 s. ISBN 80-86429-02-4.

PALENČÁR, M. Človek a zmysel. *Filozofia,* 1995, roč. 50, č. 4, s. 248-251.

PASCAL, B. *Myšlenky. Výbor.* 2. vyd. Přel. M. Žilina. Praha: Mladá fronta, 2000. 192 s. Přel. z: Pensées. ISBN 80-204-0850-9.

PASQUALE, I. Epidemie deprese mládeže. *Teologické texty,* 2002, roč. 13, č. 5, s. 198-199.

PATOČKA, J. *Přirozený svět jako filosofický problém.* Praha: Československý spisovatel, 1992. 251 s. ISBN 80-202-0365-6.

PEALE, N., V. *Die Kraft positiven Denkens.* Über. E. Steiger. München: Wilhelm Heyne Verlag, 1988. 283 s. Originalausg. The Pover of Positive Thinking. ISBN 3-453-02609-8.

PEALE, N., V. *Trotzdem positiv. Die Kraft Ihrer Gedanken.* 2. Aufl. Über. E. Steiger. München: Wilhelm Heyne Verlag, 1989. 269 s. Originalausg. The Amazing Results of Positive Thinking. ISBN 3-453-00932-0.

PECK, S. M. *Dále nevyšlapanou cestou. Nekonečná pouť duchovního růstu.* Přel. I. Machová. Olomouc: Votobia, 1994. 240 s. Přel. z: Furher Along the Road Less Traveled. ISBN 80-85885-12-3.

PETRÍKOVÁ, F. Prežívanie zmyslu života u ľudí s nevyliečiteľnou chorobou. Diplomová práca pod vedením E. Klčovanskej. Trnava: FH TU, 2001/2002. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.

PICARD, M. *Člověk na úteku.* 1. vyd. Přel. L. Jehlička. Praha: Vyšehrad, 1970. 106 s. Kristal edice úvah a esejů. Přel. z: Die Flucht vor Gott. 33-299-70.
POPIELSKI, K. *Noetyczny wymiar osobowości. Psychologiczna analiza poczucia sensu życia.* Lublin: Redakcja wydawnictw KUL, 1994. 444 s. ISBN 83-228-0288-9.
POPIELSKI, K. Předmluva. In LUKASOVÁ, E. *I tvoje utrpení má smysl. Logoterapeutická útěcha v krizi.* Přel. J. Vašíčková. Brno: Cesta 1986. Přel. z: Auch dein Leiden hat Sinn, s. 7-8.
POPIELSKI, K. „Sens" i „wartość" życia jako kategorie antropologiczno-psychologiczne. In POPIELSKI, K. *Człowiek – pytanie otwarte. Studia z logoteorii i logoterapii.* 1. wyd. Lublin: Redakcja Wydawnictw KUL, 1987, s. 107-179.
POPIELSKI, K. Testy egzystencjalne: Metody badania frustracji egzystencjalnej i nerwicy noogennej. In POPIELSKI, K. *Człowiek – pytanie otwarte. Studia z logoteorii i logoterapii.* 1. wyd. Lublin: Redakcja Wydawnictw KUL, 1987, s. 237-262.
POPIELSKI, K. Tezy o sensie życia. In POPIELSKI, K. *Człowiek – pytanie otwarte. Studia z logoteorii i logoterapii.* 1. wyd. Lublin: Redakcja Wydawnictw KUL, 1987. 337 s. ISBN 83-00-00667-2. s. 313-318.
POSPÍŠIL, J. Principy rodiny a jejich historické kořeny. In *Paidagogos – internetový časopis pre pedagogiku a s ňou súvisiace vedy.* [online] 2000, I. ,1 , [akt. 2000-11-15], [cit. 2004-12-07]. Dostupné na www: <http://www.paidagogos.net>
PROKOP, V. *Čítanka k Přehledu světové literatury 20. století.* Sokolov: O.K.-Soft, 2000. 68 s.
PROKOP, V. *Přehled světové literatury 20. století pro výuku literatúry na středních školách.* Sokolov: O.K.- Soft, 2001. 68 s.
RABAN, M. *Die geistige Dimension der Psychologie Viktor E. Frankls.* Dissertatio ad Doctoratum in Facultate Theologie (apud Institutum Spiritualis) Pontificiae Universitatis Gregorianae. Frankfurt, 1989. 229 s.
RAHNER, K. Problem sensu jako problem Boga. In POPIELSKI, K. *Człowiek – Wartości – Sens. Studia z psychologii egzystencji logoteoria i nooteoria, logoterapia i nooterapia.* Lublin: Redakcja Wydawnictw KUL, 1996. 451 s. ISBN 83-228-0523-3.
REKER, G. T. – PEACOCK, E. J. – WONG, P. T. P. Meaning and purpose in life and well – being: A life span perspective. *Journal of Gerontology,* 1987, roč. 42, č. 1, s. 44-49.
REMPLEIN, H. *Psychologie der Persönlichkeit. Die Lehre von der individuellen und typischen Eigenart des Menschen.* 6. ergänzte Aufl. München/Basel: Ernst Reinhardt Verlag, 1967. 687 s. [ISBN neuvedené].

RINGEL, E. *Einführung in die Grundprobleme der Neuose.* Wien: Herder, 1959. 133 s. [ISBN neuvedené].
ROGERS, K. R. *Klientom centrovaná terapia. Jej súčastná prax, aplikácia a teória.* Prel. I. Valkovič. Bratislava: Persona 2000. 497 s. Prel. z: Client-centered therapy: its current practice, implications and theory. ISBN 80-967980-3-0.
ROGERS, K. R. *Způsob bytí. Klíčová témata humanistické psychologie z pohledu jejího zakladatele*. Přel. J. Krejčí. 1. vyd. Praha: Portál 1998. 296 s. Přel. z: A way of being. ISBN 80-7178-233-5.
ROJKOVÁ, K. Strach zo smrti u vysokoškolákov a niektoré jeho koreláty. Diplomová práca pod vedením M. Stríženca. Trnava: FH TU, 2001/2002. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.
RYCROFT, CH. *Kritický slovník psychoanalýzy.* Přel. P. Votýpková. 1. vyd. Edice Psychoterapie sv. 5. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1993. 156 s. Přel z: A Critical Dictionary of Psychoanalysis. ISBN 80-901601-1-5.
ŘÍČAN, P. Klíč k duši. Recenze. *Československá psychologie,* 2000, roč. 44, č. 5, s. 479-480.
S. THOMAS AQUINAS. *Summa Theologica. Pars I.* Augustae Taurinorum: P. Marietti, s.a. 768 s. (Čes. vyd.: *Theologická Summa 1. část.* Přel. Čala a kol. Olomouc: Kristal, 1938. 1041 s. [ISBN neuvedené].
S. THOMAS AQUINAS. *Summa Theologica. Pars I. 2.* Augustae Taurinorum: P. Marietti, s.a. 732 s. (Čes. vyd.: *Theologická Summa 2. část 1. díl.* Přel. Čala a kol. Olomouc: Kristal, 1938. 1037 s. [ISBN neuvedené].
SAINT-EXUPÉRY, A. *Citadela*. Přel. V. Dvořáková. 4. vyd. ve Vyšehradu. Praha: Vyšehrad, 1996. Přel. z Citadelle. 304 s. ISBN 80-7021-184-9.
SANDMANN, P. Integration als Sinnfindung. Wie tief reicht die Tiefenpsychologie? In FRIES, H. – HALDER, A. – SANDMANN, P. *Sinnfrage als Frage nach Gott.* Augsburg: Katholische Akademie, 1981. 68 s. Akademie-Publikation Nr. 53. [ISBN neuvedené].
SARTRE, J. P. *Cesty k slobode. Vek rozumu.* 1. vyd. Prel. M. Bartko. Bratislava: Slovenský spisovateľ, 1994. 293 s. Prel. z: L´âge de raison (Les chemins de la liberté I). ISBN 80-220-0561-4.
SARTRE, J. P. *Existencialismus je humanismus.* Přel. P. Horák. Praha: Vyšehrad, 2004. 109 s. Přel. z: L´existentialisme est un humanisme. ISBN 80-7021-661-1.
SARTRE, J. P. *Nevolnost.* Přel. D. Steinová. Praha: Československý spisovatel, 1967. 232 s. Přel. z: La Nausée.
SCRUTON, R. *Krátke dějiny novoveké filosofie.* 1. vyd. Přel. J. Ogrocký. Brno: Barrister & Principal, 2000. 320 s. Přel. z: A Short History of Modern Philosophy. ISBN 80-85947-29-3.

SCHELER, M. *Místo člověka v kosmu.* Praha: Akademia, 1968. Přel. z Die Stellung des Menschen im Kosmos.
SCHELER, M. *Můj filosofický pohled na svět.* 1. vyd. Přel. I. Hodovský. Praha: Vyšehrad, 2003. 284 s. Přel. z Gesammelte Werke. ISBN 80-7021-390-6.
SCHENK-DANZINGER, L. *Entwicklungspsychologie.* 22. Aufl. Wien: Österreichischer Bundesverlag, 1993. 462 s. Schriften zur Lehrerbildung und Lehrerfortbildung. Bd. 1. ISBN 3-215-07048-0.
SCHMATZ, F. *Zeit zu leben. Lebenskostbarkeiten aus 25 Jahren Lebens- und Sterbebegleitung.* 2. Aufl. Krems/Donau: EFFATA Verlag, 2000. 109 s. ISBN 3-9500782-1-5.
SCHOPENHAUER, A. *Génius. Umění. Láska. Světec.* Přel. J. L. Fischer. Olomouc: Votobia, 1994. 175 s. ISBN 80-85619-08-3.
SCHOPENHAUER, A. *O filosofech a filosofii.* Přel. M. Váňa. Pelhřimov: Nová tiskárna, 1999. 160 s. Přel. z prvního svazku Schpenhauerovy práce Parerga und Paralipomena. ISBN 80-901916-6-5.
SCHOPENHAUER, A. *Svět jako vůle a představa. I.* Přel. M. Váňa. Pelhřimov: Nová tiskárna, 1998. 432 s. Přel. z Welt als Wille und Vorschtellung. ISBN 80-901916-4-9.
SCHOPENHAUER, A. *Svět jako vůle a představa. II.* Přel. M. Váňa. Pelhřimov: Nová tiskárna, 1998. 480 s. Přel. z Welt als Wille und Vorschtellung. ISBN 80-901916-4-9.
SCHÖNBORN, CH. *Rozhodni se pro život. Komentář ke Katechismu katolické církve o křeťanské morálce.* Přel. B. Pscheidtová. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2000. 111 s. Přel z. Wahle das Löben. ISBN 80-7192-478-4.
SEMIVAN, J. *Pomáhať rásť. Morálny vývoj človeka vo svetle psychológie.* Prešov: Vydavateľstvo Michala Vaška, 2000. 50 s. ISBN 80-7165-284-9.
SHAPIRO, S., B. Purpose and meaning: A two-factor theory of existence. *Psychological Reports,* 1988, roč. 63, s. 287-293.
SHEK, D. T. L. Meaning in life and psychological well – being: An empirical study using the Chinese version of the Purpose in Life questionnaire. *Journal of Genetic Psychology,* 1992, roč. 53, č. 2, s. 185-200.
SIROVIČ, F. *Dejiny filozofie. Stredovek.* Trnava: Dobrá kniha, 1995. 118 s. ISBN 80-7141-058-6.
SILLAMY, N. *Psychologický slovník.* 1. vyd. Přel. I. Strossová. Olomouc: Univerzita Palackého, 2001. 250 s. Přel z: Dictionaire de Psychologie. ISBN 80-244-0249-1.
SILBERNAGL, H. – STRÄTLING-TÖLLE, H. *Den Lebeneweg zu Ende gehen. Für einen menschlichen Umgang mit Sterben, Ton und Trauer.* München: Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KG, 1995. 191 s. Dialog und Praxis. Bd. 35099. ISBN 3-423-35099-7.
SKLENKA, I. Psychoterapia objavuje ducha. *Listy,* 1998, roč. 11, č. 2, s. 9-10.
SLAVKOVSKÝ, A. Skúsenosť ako východisko personálneho a mimopersonálneho chápania transcendencie. In *Aktuálne otázky filozofického personalizmu s výhľadom do budúcnosti*, Acta philosophica tyrnaviensia 7, Trnava: Katedra filozofie FH TU v Trnave 2002, s. 83-89. [Zborník príspevkov z vedeckej konferencie: Problémy a perspektívy filozofických, humanitných a sociálnych vied, Modra Harmónia, 2002]
SMÉKAL, V. *Pozvání do psychologie osobnosti. Člověk v zrcadle vědomí a jednání.* 1. vyd. Brno: BARRISTER & PRINCIPAL, 2002. Ed. rada Studium. 517 s. ISBN 80-85947-80-3.
SMÉKAL, V. Předmluva. In LUKASOVÁ, E. *Logoterapie ve výchově*. Přel. K. Balcar. 1. vyd. Praha: Portál 1997. 208 s. Přel. z: Sinn in der Familie. ISBN 80-7178-180-0.
SMOLÍKOVÁ, M. Faust metaforou k současnosti. Faust jako téma. *Křesťanská revue,* 1998, roč. 65, č. 2, s. 39-42.
SOLDÁN, L. a kol. *Přehledné dějiny literatúry III.* 1. vyd. Praha: SPN, 1997. 304 s. ISBN 80-85937-48-4.
SOLŽENICYN A. *Jeden den Ivana Děnisoviče*. 1. vyd. Přel. S. Machonin. Praha: Nakladatelství politické literatury, 1963. Přel. z: Odin děň Ivana Děnisoviče. 87 s. ISBN 25-148-63.
SOMMER, K., L. – BAUMEISTER, A., S. The construction of meaning from life events: Empirical studies of personal narratives. In WONG, P., T., P. – FRY, P., M. *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications.* Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, 1998, s. 143-161.
SOUKUP, E. – PAVELKA, A. *Úvod do Summy Theologické sv. Tomáše Akvinského.* Olomouc: Kristal, 1941. 181 s.
SPECHT-TOMANN, M. – TROPPER, D. *Zeit des Abschieds. Sterbe- und Trauerbegleitung* 1. Aufl. Düsseldorf: Patmos, 1998. 256 s. ISBN 3-491-72401-5.
SRNEC, J. 68. Klinicko-psychologický den na téma „Fenomén lásky". *Československá psychologie,* 1993, roč. 37, č.2, s. 250-254.
STRIPAJOVÁ, M. *Zmysel ľudského života a zmysel dejín u dnešného mladého človeka v ich spätosti.* Diplomová práca pod vedením J. Letza. Nitra: Katedra etiky a katechetiky Filozofickej fakulty Univerzity Konštantína filozofa, 1999.
STRÍŽENEC, M. *Súčasná psychológia náboženstva.* 1. vyd. Bratislava: IRIS, 2001. 237 s. ISBN 80-88778-33-6.

STÖRIG, H., J. *Malé dějiny filozofie.* 4. vyd. Přel. P. Rezek, M. Petříček. Praha: Zvon, 1995. 559 s. Přel. z: Kleine Weltgeschichte der Philosophie. ISBN 80-7113-115-6.
STUMM, G. – WIRTH, B. *Psychotherapie in Österreich. Tür zum Ich. Teil I.: Psychotherapeutische Strömungen.* 1. Aufl. Wien: Verlag der Österreichischen Hochschülerschaft Wirtschaftsbetriebe GES.M.B.H, 1982. 216 s. Edition ÖH. ISBN 85443-2/1.
SVOBODA, M. *Psychologická diagnostika dospělých.* 2. vyd. Praha: Portál, 1999. 344 s. ISBN 80-7178-327-7.
ŠTĚRBOVÁ, D. *Rodinný stres a copingové chování u rodin se sluchově postiženými dětmi.* Dizertačná práca pod vedením J. Kolouchovej. Olomouc: FF UP, 2002.
TAVEL, P. Logoterapia a náboženstvo. In *Výzvy pre psychológiu tretieho tisícročia. Perspektíva z pohľadu logoterapie.* Trnava: Fakulta humanistiky Trnavskej univerzity. Inštitút existenciálnej psychológie a noo-logoterapie, 2003. 196 s. ISBN 80-89074-65-0. s. 83-90.
TAVEL, P.: *Pojem Wille zum Sinn u Viktora E. Frankla.* Doktorandská práca pod vedením J. Papicu. Olomouc: FF UP, 2003.
TAVEL, P. Potreba zmyslu života. Tézy k pojmu „Wille zum Sinn" u Viktora E. Frankla. *Filozofia*, 2004, roč. 59, č. 8, s. 571-579.
TAVEL, P. – BOSÁKOVÁ, E. Postoj mladých ľudí k miniinterrupcii. In *Varia psychologica 31-1995*, Olomouc: UP, 1995. 67 s. ISBN 80-7067-565-9. s. 55-67
THOMASMA, D., C. – KUSHEROVÁ, T. *Od narození do smrti.* 1. vyd. Přel. L. Motlová. Praha: Mladá fronta, 2000. Přel z: Birth to Death. 392 s. ISBN 80-204-0883-5.
THOMPSON, S., C. – JANIGIAN, A., S. Life schemes: A framework for understanding the search for meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology,* 1988, roč. 7, č. 2/3, s. 260-280.
TILLICH, P. Poznanie prostredníctvom lásky. *Křesťanská revue,* 1998, roč. 65, č. 4, s. 86-88.
TOURNIER, P. *Im Angesicht des Leidens.* Freiburg im Breisgau: Herder, 1983. 155 s. Herderbücherei. Bd. 1003. ISBN 3-451-08003-3.
TRAUGOTTOVÁ, D. V. E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn – Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk mit einem Vorwort von Konrad Lorenz. Recenzia. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa,* 1990, roč. 25, č. 5, s. 470.
ÚRADNÍČEK, M. Zmysel života a práca. *Národná obroda,* 1990, roč. 1, č. 13, s. 1-2.
VESELICKÝ, T. *Camusovo vysporiadanie sa s absurdnom (alebo o tom ako vznikol jeden mýtus...)* Diplomová práca pod vedením A. Slavkovského. Trnava: Katedra filozofie Fakulty humanistiky Trnavskej univerzity v Trnave, 2002.

VYMĚTAL, J. Existentielle psychoterapie. Yalom Irvin D. Rezenze. *Československá psychologie,* 1993, roč. 37, č.1, s. 268-269.
VYMĚTAL, J. *Úvod do psychoterapie.* 1. vyd. Praha: Psychoanalytické nakladatelství J. Kocourek, 1992. 170 s. Ed. Psychoterapie. Sv. 1. ISBN 80-85495-33-3.
VYSTRČIL, T. Smysl krize a krize smyslu. *Prostor,* 1998, č. 36, s. 16-20.
WAISBERG, J., L. – PORTER, J., E. Purpose in life and outcome of treatment for alcohol dependence. *British Journal of Clinical psychology,* 1994, roč. 33, s. 49-63.
WATSON, D. *Mood and Temperament. Emotions and social behavior.* New York – London: The Guilford Press, 2000. 340 s. ISBN 1-57230-526-6.
WEISCHEDEL, W. *Skeptická etika.* 1. vyd. Přel. J. Karásek. Praha: OIKOYMENH, 1999. Ed. Oikúmené. 165 s. Přel. z: Skeptische Ethik. ISBN 80-86005-84-4.
WONG, P., T., P. Maening – centerd counseling. In WONG, P., T., P. – FRY, P., M. *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications.* Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, 1998, s. 395-436.
WRIGHT, G., H. Úskalí pokroku. *Lettre internationale,* 1993, č. 9, s. 57-58.
YALOM, I. D. *Existential psychotherapy.* New York: Basic Books, 1980. 544 s. ISBN 0465021476.
YANCEY, P. *Sklamanie z Boha.* Prel. M. Uhlíková. 1. vyd. Bratislava: Porta libri/Návrat domov, 2001. 249 s. Prel. z: Disappointment with God. ISBN 80-89067-00-X.
ZÁHOROVÁ, M. Niektoré aspekty duševného zdravia a religiozita. Diplomová práca pod vedením M. Stríženca. Trnava: FH TU, 1998/1999. In ČMÁRIKOVÁ, J. a kol. *Logoterapia. Psychoterapia pre tretie tisícročie.* Zborník z konferencie. Trnava: TU, 2003. 9 s.
ZIKA, S. – CHAMBERLAIN, K. On the relation between meaning in life and psychlogical well – being. *Britisch Journal of Psychlogy,* 1992, roč. 83, č. 1, s. 133-145.
ZIKA, S. – CHAMBERLAIN, K. Relation of hassles and personality to subjektive well – being. *Journal of Personality and Social Psychlogy,* 1987, roč. 53, č. 1, s. 155-162.
ZVĚŘINA, J. *Vzdor ducha. Z dopisů a kratších zamyšlení.* 1. vyd. Praha: Nakladatelství Vyšehrad, 2002. Ed. Život. 65 s. ISBN 80-7021-524-0.

www.testcentrum.cz/testy/esk.php

Príloha č.1:

Popis skúmaného súboru

Tab. č. 1: Zloženie súboru podľa národnosti.

NÁRODNOSŤ	POČET	%
Nemecká	23	3
Rakúska	127	13
Česká	238	25
Slovenská	558	59
Spolu	946	100

Tab. č. 2: Zloženie súboru podľa pohlavia.

POHLAVIE	POČET	% ZO ZARADENÝCH
Muži	322	34
Ženy	623	66
Nezaradené	1	-
Spolu	946	100

Tab. č. 3: Zloženie súboru podľa vzdelania.

VZDELANIE	POČET	% ZO ZARADENÝCH
Základné	91	10
Stredné	477	52
Vysokoškolské	352	38
Nezaradené	26	-
Spolu	946	100

Tab. č. 4: Zloženie súboru podľa rodinného stavu.

STAV	POČET	% ZO ZARADENÝCH
Slobodný	499	54
Ženatý (vydatá)	324	35
Rozvedený	40	4
Vdovec	65	7
Nezaradené	18	-
Spolu	946	100

Tab. č. 5: Zloženie súboru podľa opovede na otázku: „Ste veriaci?“

ODPOVEĎ NA OTÁZKU *„Ste veriaci?“*	POČET	% ZO ZARADENÝCH
„Áno“	798	86
„Nie“	126	14
Nezaradené	22	-
Spolu	946	100

Tab. č. 6: Zloženie súboru podľa povolania.

POVOLANE, V KTOROM JE ČLOVEK	POČET	% ZO ZARADENÝCH
Vykonávajúci robotnícku prácu, nevyžadujúcu stredné odborné vzdelanie	66	7
Vykonávajúci prácu, vyžadujúcu aspoň stredné odborné vzdelanie	343	37
Dôchodca bývajúci doma	97	11
Umiestnený v dome dôchodcov	76	8
Vykonávajúci duchovné povolanie (kňaz, rehoľník, kandidát kňazstva)	115	12
Študentom	229	25
Nezaradené	20	-
Spolu	946	100

Tab. č. 7: Zloženie súboru podľa vekových skupín.

VEKOVÁ SKUPINA	POČET	% ZO ZARADENÝCH
Pod 29 rokov	372	39
30-39 rokov	139	15
40-49 rokov	120	13
50-59 rokov	111	12
Nad 60 rokov	200	21
Nezaradené	4	-
Spolu	946	100

Tab. č. 8: Zloženie súboru podľa spôsobu vypĺňania dotazníka.

SPÔSOB VYPLNENIA DOTAZNÍKA	POČET	%
Na papieri, perom	827	87
Na počítači (a zaslaný cez internet)	119	13
Spolu	946	100

Príloha č .2:

Nemecký preklad
Testu noodynamiky K. Popielskeho

1. Wenn ich auf Schwierigkeiten treffe, verliere ich schnell die Hoffnung und das Vertrauen zum Leben.
2. Es ist mir fremd mich zu bemühen, etwas im Leben zu ändern oder etwas zu erreichen.
3. Mein Leben nehme ich so wie es ist, und ich bin gegenüber dem Leben ganz ohne Angst und Furcht.
4. In dem alltäglichen Leben richte ich mich vor allem nach den Gefühlen.
5. Ich rufe alle Weisen und bemühe mich um jeden Preis, um Erfolg zu haben.
6. Ich beachte die Lebenserfahrungen sehr genau, denn sie lehren mich Lebensweisheit.
7. Ich denke, dass mein Leben Wert und Sinn hat, ohne Rücksicht darauf, was ich bis zu diesem Tag erreicht habe.
8. Ich stelle fest, dass die menschlichen Triebe und Bedürfnisse sich von den Trieben und Bedürfnissen anderer Organismen überhaupt nicht unterscheiden.
9. Ich bemühe mich das Leiden zu durchleben, damit es mir zu tieferem Verständnis für mich selbst und zur weiteren persönlichen Entwicklung verhelfe.
10. Ich bemühe mich andere Leute zu verstehen und ihnen auch behilflich sein.
11. Eifrig bemühe ich mich um eine schöpferische und positive Lösung der Probleme, die das Leben bringt.
12. Ich habe genug Kraft und Mut zu allem, was mich zerstört „Nein“, und zu allem, was dem Guten dient„Ja“ zu sagen.
13. Im Leben richte ich mich vor allem nach dem Verstand und nach der rationellen Kontrolle der Handlung.
14. Ich fühle mich verantwortlich für alles, was ich mache.

15. Ohne viel nachzudenken empfange ich die Leute, wie sie sind.
16. Es passiert, dass ich einen inneren Widerstand zu mir selbst empfinde.
17. Die vorzeitige Resignation blockiert fast jede meiner Initiativen und Handlungen.
18. Das Gefühl der Notwendigkeit einen besonderen Sinn in meinem Leben zu suchen oder diesem einen außergewöhnlichen Sinn zu geben, ist mir fremd.
19. Ich bin der Meinung, dass dafür wie ich bin, viele Leute und Umstände verantwortlich sind.
20. Mit dem Leben bin ich zufrieden ohne Rücksicht auf die Probleme und Schwierigkeiten, die es bringt.
21. Ich vertraue „der Weisheit des Lebens“.
22. Leicht resigniere ich bei Leid und schwerem Schicksal.
23. Ich lege niemandem für mein Handeln Rechenschaft ab.
24. Was ich erreichte, verdanke ich meiner Arbeit und Beharrlichkeit.
25. Es ist mir fremd, den Weg des Verzichtens zu gehen.
26. Ich fühle mich im Inneren als freier Mensch.
27. Bange erwarte ich die Zukunft und erhoffe nichts Gutes.
28. Das menschliche Leben erfordert die Realisierung vieler Werte, die es verdienen erfüllt zu werden.
29. Ich laufe vor dem Leben davon und habe grundlos Angst vor ihm.
30. Ich erlebe Zweifel, ob es sich lohnt überhaupt zu leben.
31. Ich weiche Themen aus, die mit dem Sinn des Lebens oder mit der Suche danach zusammenhängen.
32. Ich erkenne, dass es sich trotz allem lohnt zu leben.
33. Die Lebensgefühle und die Erfahrungen beeinflussen mich überhaupt nicht.
34. Nur was ich ehrlich erreicht habe, macht mich innerlich zufrieden.
35. In meinem Leben fehlen mir klar abgegrenzte Ziele und Aufgaben.
36. Das Leben ist für mich eine große Aufgabe und Gelegenheit, an der ich teilnehme.
37. Ich bemühe mich offen für Gespräch und Begegnung mit jedem Menschen zu sein.
38. Das Bedürfnis etwas Heiliges und Erhabenes zu erleben, ist mir fremd,
39. Ich widme mich nur den Angelegenheiten, die der heutige Tag bringt und bin damit zufrieden.
40. Ich glaube, dass ich der „Stifter“ meines Schicksals bin.

41. Ich bin zufrieden damit, was ich bis jetzt erreicht habe.
42. Ich erlebe die stärker werdende und plötzliche Bange vor dem Tod.
43. In den meisten Lebenssituationen kann ich nicht mit meinen Gefühlen beraten.
44. Wenn ich daran denke, wie alles vergänglich ist, ergreifen mich Kummer und Resignation.
45. Die Kräfte meiner Sinne konzentriere ich auf die Organisation und Realisierung eigener Lebensaufgaben.
46. Die intellektuelle Kontrolle spielt eine andere Rolle in meinem Leben.
47. Der Glauben an Gott und das Nachdenken über Ihn ist sehr wichtig für mich.
48. Ich verschließe mich und will niemanden weder sehen noch hören.
49. In die Zukunft blicke ich mit Vertrauen und Hoffnung.
50. In meinem Leben nimmt alles trotz meiner persönlichen Absichten und Pläne von selbst seinen Lauf.
51. Bei alltäglichen Handlungen richte ich mich nach dem Grundsatz der Offenheit.
52. Der Bedarf der Realisierung der Werte ist etwas Gleichgültiges und Fremdes für mich.
53. Die Vergangenheit ist ein abgeschlossener Zeitabschnitt für mich, und ich halte daran nicht fest.
54. Nur mit großer Mühe kann ich mich in den Angelegenheiten meines Lebens entscheiden.
55. Ich nehme mein bisheriges Verhalten und die Art meiner Lebensführung an.
56. Ich beginne nur solche Aufgaben zu lösen, die den Inhalt meines Lebens vertiefen und es voller und hochwertiger machen
57. Ich erlebe die Sehnsucht oder das Sehnen nach etwas Erhabenem und Werten der Liebe.
58. Mir fehlt die Freude an meinem Leben.
59. Die Sehnsucht nach etwas Erhabenem und Werten der Liebe ist mir fremd.
60. Leiden erscheint mir in meinem Leben sinnlos.
61. Ich glaube, dass ich die Pflicht habe, meine menschliche Würde zu schützen und zu schonen.
62. In meinem Handeln richte ich mich nach dem Grundsatz des Gewinns und der Erreichung der Zufriedenheit.

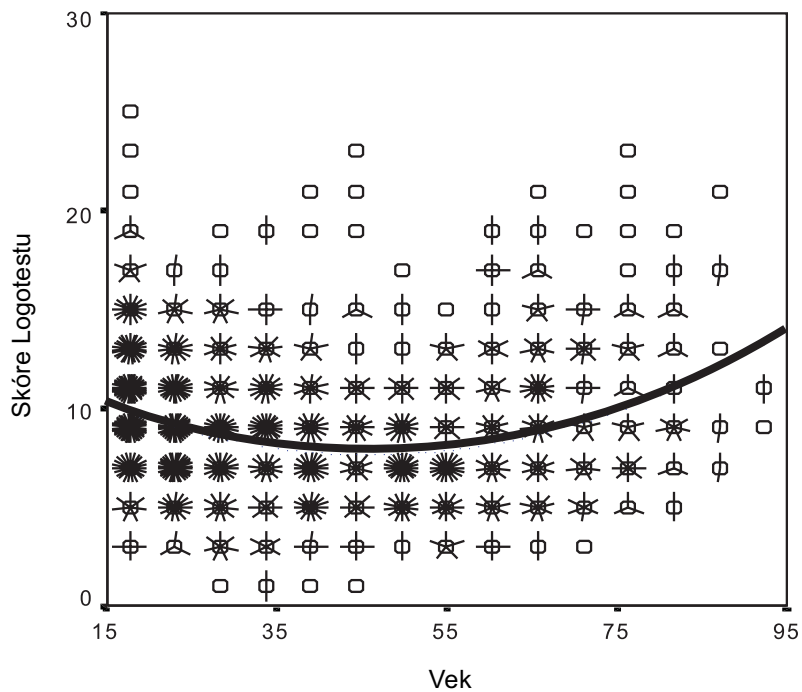
63. Die geistigen Bedürfnisse und Sehnsüchte sind mir sehr fremd.
64. Mit ganzer Kraft meines Willens und meinem persönlichen Einsatz gestalte ich die Qualität meines Lebens.
65. Meine Bedürfnisse und meine Wünsche sind etwas Geistiges und Heiliges.
66. In meinem Leben richte ich mich nach dem Grundsatz auf mein Vergnügen und meine seltsamen Vorlieben zu achten.
67. Ich werfe mir vor, dass ich mein bisheriges Leben verschwendet habe.
68. Ich bemühe mich Ziele und Pläne zu realisieren, die sehr entfernt und schwer erreichbar sind.
69. Die ernsten Entscheidungen mache ich selbst.
70. Ich habe das Gefühl innerlich gefesselt und unfrei zu sein.
71. Ich bemühe mich mit der persönlichen Entscheidung und mit der Auswahl mein Leben zu bilden.
72. Am liebsten würde ich mich der Verantwortung für mein Handeln und meine Taten entziehen.
73. Ich freue mich über jeden Lebenserfolg, ohne Rücksicht darauf, was ich erreiche.
74. Den Weg der Handlung bestimmen die Ziele und die Lebensaufgaben, die ich festsetze.
75. Ich schätze meine menschliche Würde.
76. Ich engagiere mich für die Realisierung der höchsten menschlichen Werte und richte mein Leben darauf aus.
77. Ich nehme meinen Lebensstil nicht an, und es erschreckt mich sogar, wie ich lebe.
78. Das Leiden empfinde ich als etwas, was zum Leben gehört und dem Leben dient.
79. Der Gedanke an den Tod vermittelt mir keine besondere Zufriedenheit.
80. Um positive Ziele zu erreichen, sind viele Opfer und Anstrengungen notwendig.
81. Ich habe das Bedürfnis den typischen menschlichen und tiefen Sinn für mein Leben zu entdecken.
82. Leicht erreiche ich die Ziele und Wünsche, die ich mir vorgenommen habe.
83. Ich habe keine Lust mich um etwas zu bemühen.

84. Ich denke über mich wie über jemanden, der seine eigene Würde verschwendet hat.
85. Wie ein Mensch erlebe ich Sehnsüchte und Wünsche, die nur für die Menschen typisch sind.
86. Viele Angelegenheiten und Verpflichtungen, die ich erfülle, sind mir psychisch gleichgültig und nicht wichtig.
87. Ich denke, dass mir das Gefühl der Sinnhaftigkeit des Lebens und seiner Werte fehlt.
88. Widersprüche des Schicksals mobilisieren mich und sie wecken neue Kräfte in mir.
89. Die Gedanken an Gott und das Vertrauen zu Ihm sind etwas vollständig Fremdes für mich.
90. Mit jeder Sache, an der ich teilnehme, fühle ich mich verbunden..
91. Es scheint mir, dass mein Leben weder ein konkretes Ziel noch Wert hat.
92. Es scheint mir, dass mich das Leben um alle Möglichkeiten und Chancen der Entwicklung gebracht hat.
93. Mein schweres Schicksal und das Erleben des Leidens deprimieren mich.
94. Ich fühle mich für alles, was ich mache verantwortlich.
95. Ich lebe in der Vergangenheit und nur mit großem Bemühen denke ich nicht daran.
96. Vor allem achte ich auf mich selbst und ich beschäftige mich mit den anderen nicht.
97. Ich habe eine heimliche Wut und sogar ein gehässiges Verhältnis zu den meisten Leuten.
98. Geistige Bedürfnisse und Sehnsüchte nehmen den ersten Platz in meinem Leben ein.
99. Ich bemühe mich, Optimismus und Hoffnung in jeder Situation zu verbreiten.
100. Ich stelle fest, dass mein Leben Bedeutung und Sinn hat.

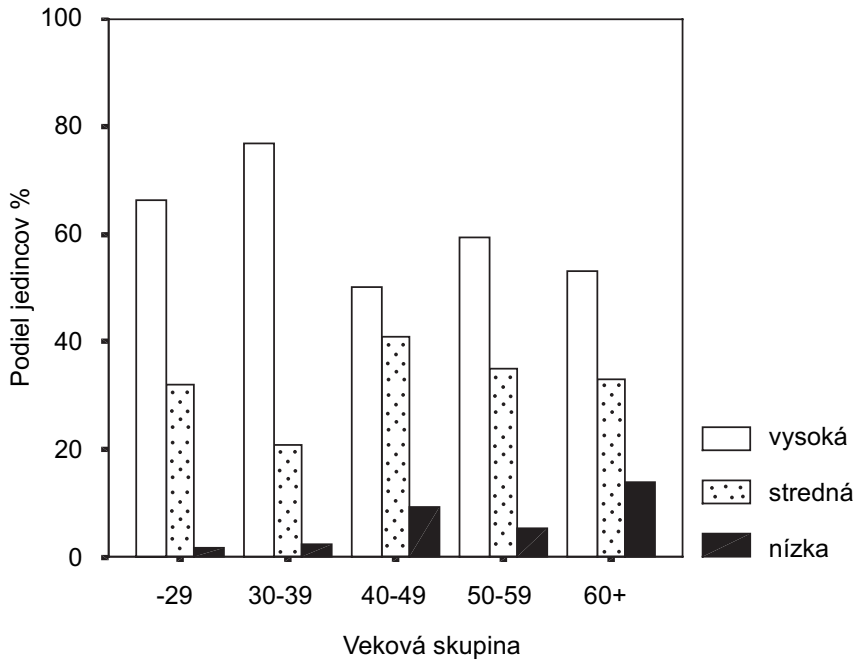
Príloha č.3:

Tabuľky a obrázky k zisťovaniu vplyvu veku

Obr. 1: Vzťah medzi vekom a skóre v prvej časti dotazníka.



Obr. 2: Graf podielu jedincov podľa kategórie zmysluplnosti v jednotlivých vekových kategóriách.



Vydal PhDr. Milan Štefanko – IRIS

Tlač: Tlačiareň IRIS, Bratislava

Objednávky:

IRIS, P.O.Box 16, 820 13 Bratislava 213
tel. 02/4564 4121, fax 02/4564 4122
e-mail: stefanko.iris@stonline.sk
internetový obchod: www.cornea.sk

ISBN 80-89018-81-5