

VIKTOR E. FRANKL

Zuzana Ondrušová, Nimnica 26.09.2014

Životopis

Narodil sa vo Viedni v marci roku 1905 v židovskej rodine, rodičia boli pôvodom z Čiech. Záujem o ľudskú psychiku sa u neho prejavil už v detstve, preto išiel na gymnázium (už vtedy si dopisoval s Freudom), neskôr vyštudoval medicínu a špecializoval sa na psychiatriu a neurológiu, konkrétne depresivitu a suicidalitu.

V roku 1938 dostal ako židovský lekár zákaz liečiť Árijcov, preto sa zamestnal v Rotschildovej nemocnici, ktorá bola jedinou, kde mali Židia ešte dovolený prístup. Svojimi posudkami vtedy zachránil niekoľko Židov pred smrťou v nacistickom programe eutanázií. V roku 1941 sa oženil.

Frankl, jeho manželka a jeho rodičia boli 25. septembra 1942 deportovaní do koncentračného tábora v Terezíne, kde pracoval ako všeobecný lekár, no keď sa prejavili jeho psychiatrické zručnosti, bola mu pridelená psychiatrická starostlivosť. Vytvoril „psychohygienickú jednotku“ pre väzňov. Najprv sa venoval prichádzajúcim väzňom, ktorým pomáhal prekonať šok a smútok z príchodu do tábora, neskôr zriadil „samovražednú pohotovosť“, viedol prednášky na témy ako napr. „Telo a duša“, „Poruchy spánku“, „Starostlivosť o dušu“. Spolu s manželkou boli transportovaní do Osvienčimu, jeho otec bol vtedy už mŕtvy, matka a brat zomreli v Osvienčime a manželku deportovali do ďalšieho tábora, kde zabili aj ju. V Osvienčime Frankl pracoval ako ostatní väzni, neskôr sa ešte na krátky čas vrátil k práci lekára, keď bol opäť premiestnený (do Türkheimu) a 27. apríla 1945 oslobodený americkými vojakmi. Okrem samotného Frankla prežila holokaust len jeho sestra (Stella), ktorá emigrovala do Austrálie.

Po návrate z koncentračného tábora sa vrátil k psychiatricko-psychologickej práci, ktorú začal ešte pred vojnou a nad ktorou intenzívne rozmýšľal v čase väznenia. Napísal svoju najznámejšiu knihu – „**Napriek všetkému povedať životu áno**“, kde opisuje svoje zážitky z koncentračného tábora a zároveň k nim podáva psychologickú interpretáciu prežívania väzňa, na ktorej vystavoval teóriu hľadania zmyslu života, vôle k zmyslu a neskôr aj existenciálnu analýzu. Vychádza v nej z predpokladov, že aj v najabsurdnejších, najbolestivejších a často aj neľudských situáciách má v sebe život, a teda aj aktuálne utrpenie, určitý zmysel. Sám hovorieval, že „**to, čo svieti, musí vydržať horieť**“.

Frankl sa v roku 1947 opäť oženil, s manželkou mal dcéru, ktorá sa tiež stala psychologičkou. Zomrel 02. septembra 1997 na zlyhanie srdca vo veku 92 rokov.

Zmysel života

Frankl je považovaný za zakladateľa logoterapie – terapie hľadania zmyslu, podľa ktorej naplnená existencia je tá, ktorá našla zmysel a to bez ohľadu na to, aká je „pohodlná“. Väčšinu psychických problémov pripisuje nedostatočnej vôli k zmyslu, absencii zmyslu života.

Bohužiaľ, zmysel života nie je niečo, čo sa dá predpísať, čo sa dá podať ako tabletky, naopak, zmysel života musí byť hľadaný a objavený, každý máme prístup k tomu svojmu zmyslu. Frankl ale zdôrazňoval, že je našim slobodným rozhodnutím, ako k svojmu životu a k hľadaniu zmyslu pristupujeme. **Veľmi rád zdôrazňoval, že so slobodou, nech sa nám to akokoľvek nepáči, je úzko spätá zodpovednosť**, dokonca v New Yorku pri Soche slobody odporučil, aby bola niekde na západnom pobreží umiestnená socha zodpovednosti, lebo takto to nie je kompletne.

Pri koncepte slobody a zodpovednosti vychádzal aj zo skúsenosti z koncentračného tábora, kde sledoval, ako niektorí väzni reagujú v kritických situáciách – usúdil, že **je to voľba človeka samotného, aký postoj k situácii zaujme**. Frankl si pri tom všetkom uvedomuje, že

človek nie je slobodný od podmienok, v ktorých žije, ale od postoja, ktorý voči nim zaujme.

Frankl opisuje, ako svojim žitím človek odpovedá na otázky, ktoré mu kladie sám život, čím dochádza k napĺňaniu zmyslu života. Človek na tieto životné otázky odpovedá z vlastného rozhodnutia slobodne a za svoje rozhodnutia nesie plnú zodpovednosť – hľadanie tohto zmyslu je teda hlavnou zodpovednosťou každého človeka. V každej situácii je pritom zmysel prítomný, teda netreba ho vytvárať, ale objaviť.

Neplatí, že existuje len jeden zmysel života, len jedna správna odpoveď! Možno je správnejšie hovoriť o zmysle v živote, lebo v konečnom dôsledku každá situácia môže mať inú podstatu, každá otázka od života je iná a rovnako môže byť iná aj odpoveď v závislosti od podmienok, ktoré nevieme ovplyvniť.

V ponímaní existencializmu ako takého vnímame jednak zmysel drobných jednotlivých momentov a životných udalostí a jednak komplikovaný ontologický význam zmyslu, ktorý presahuje pozemskú hmotnú existenciu človeka.

V praxi je možné tento zmysel hľadať zmenou životných otázok – napr. nepýtať sa, čo od života očakávam, ale **čo chce teraz život odo mňa, čo môžem pre život urobiť** a pod.

Je potrebné si uvedomiť, že **každý moment sa udeje len raz**, nie je možné ho vrátiť ani zmeniť, a o to väčšia je zodpovednosť našich rozhodnutí voči výzvam nášho života.

Odkaz Viktora Frankla

„Spása človeka je len v láske a prostredníctvom lásky.“

„Ludské správanie nie je určené podmienkami, v ktorých človek žije, ale rozhodnutiami, ktoré vykoná.“

„Nie v tom, že trpíme, ale v tom, ako trpíme, spočíva zmysel utrpenia.“

„Keď nevieme zmeniť situáciu, je to výzva, aby sme zmenili sami seba.“

„Keď má človek „prečo“ žiť, vydrží takmer každé „ako“.“

Frankl, V. (1998). *Napriek všetkému povedať životu áno*. Slovenský spisovateľ.

Frankl, V. (1997). *Co v mých knihách není*. Cesta.