

●  
Ks. Łukasz Krzewiński  
Bydgoszcz

## Logoterapia Frankla w optyce redukcjonizmów antropologicznych

---

### Frankl's Logotherapy: Through the Lens of Anthropological Reductionisms

#### Wstęp

Współczesna antropologia doświadcza polaryzacji między różnymi paradygmatami (redukcjonistycznymi i niereducjonistycznymi), niekiedy skłaniając się ku materialistycznym modelom rozumienia człowieka, zamykając go wyłącznie w granicach psychofizycznych, które pomijają wymiar duchowy (noetyczny) i egzystencjalny. W odpowiedzi na te tendencje Viktor Emil Frankl, austriacki neurolog i psychiatra, sformułował alternatywny paradygmat zakładający holistyczną wizję, którą przedstawił w trójwymiarowej (trójwymiarowej) optyce człowieka: Ciało, Psychika i Duch. W dziele *Człowiek w poszukiwaniu sensu* Frankl odpowiadając na pytania czytelników, doskonale zdając sobie sprawę z ogromu własnego dorobku, w odpowiedzi napisał: *Przekazanie czytelnikowi całej wiedzy, jaką zawarłem w dwudziestu spisanych po niemiecku tomach, graniczy z niemożliwością*. Niniejszy artykuł ma na celu ogólne przedstawienie logoterapii rozumianej jako próba udzielenia alternatywnej odpowiedzi na redukcjonistyczne paradygmaty antropologiczne, podkreślając jej wyjątkowe ukierunkowanie na sens życia. Logoterapia, opierając się na wspomnianym trójwymiarowym fundamencie antropologicznym oraz wrodzonej „woli sensu”, podkreśla ważne znaczenie odnajdywania celu, który nie może zostać arbitralnie narzucony, oraz szczególnej zdolności do odkrywania sensu własnej egzystencji w niemalże każdej sytuacji życiowej, nawet w granicach obozu koncentracyjnego<sup>1</sup>. W przeciwieństwie do antropologii redukujących człowieka do wymiaru biologicznego, psychologicznego czy społecznego, logoterapia

---

<sup>1</sup> Por. V.E. Frankl, *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, tłum. A. Wolnicka, Warszawa 2018, s. 86–87.

podkreśla jego wymiar noetyczny (duchowy), niepowtarzalność, wolność wyboru, co czyni ją istotnym argumentem w debacie o ludzkiej naturze.

### Terapia skoncentrowana na sensie

Logoterapia jest trzecią wiedeńską drogą psychoterapii, która wymykając się ówczesnym redukcjonistycznym paradygmatom Freuda oraz podejściu indywidualnym Adlera, stała się alternatywnym systemem terapeutycznym. Egzystencjalny model oparty na wnikliwym studium obowiązujących wówczas nurtów psychoterapii oraz osobistym doświadczeniu Frankla, w konsekwencji wniósł do psychologii teoretycznie opracowany i zamknięty w 20 tomach system terapeutyczny.

Terapia skoncentrowana na sensie jest metodą terapeutyczną, która pomaga odkryć właściwą perspektywę dzięki koncentrowaniu na przyszłości (introspekcja), nie odcinając się zupełnie od freudowskiej przeszłości (retrospekcja). Przyszłość wyznacza kierunek dążeń pacjenta, których horyzontem jest odnajdywanie sensu w każdej sytuacji ludzkiego życia. Skoncentrowanie na sensownych rozumieniach i rozwiązaniach zapobiega powstawaniu w człowieku mechanizmu „błędnego koła” w przestrzeni rozumowania i przeżywania. Konfrontacja z przeszłością i terażniejszością oraz perspektywa przyszłości rozumiane we franklowskim paradygmacie poszukiwania sensu w konsekwencji mogą doprowadzić do zmiany optyki naszego postrzegania samych siebie i otaczającego nas świata. Wiedeński psychiatra nazwie tę optykę „przeorientowaniem” naszej egzystencji. Warto odwołać się do słów twórcy logoterapii, który w kilku słowach wyjaśnia, dlaczego swój system terapeutyczny określił właśnie takim pojęciem<sup>2</sup>. Logoterapia nie jest systemem terapeutycznym, który powstał wyłącznie w oparciu o filozoficzno-psychologiczną analizę ludzkiej egzystencji, spełniając rolę *krytyka* wobec deterministycznych koncepcji Freuda czy psychologii indywidualnej Adlera. System terapeutyczny zaproponowany przez Frankla jest konsekwencją nowej antropologii (trójwymiarowa wizja człowieka, wola sensu, wola życia, wolność i odpowiedzialność). Nowa trójwymiarowa koncepcja człowieka jest próbą re-personalizowania ówczesnych systemów psychoterapeutycznych. Za jej wyjątkowością przemawia również fakt, że została eksperymentalnie zweryfikowana przez samego Frankla, który dzięki osobistemu doświadczeniu trzyletniego pobytu w obozach koncentracyjnych, gdzie jako doskonały obserwator otaczającej go rzeczywistości

---

<sup>2</sup> Tenże, *Człowiek w poszukiwaniu sensu*, tłum. A. Wolnicka, Warszawa 2004, s. 149–151.

oraz człowiek doświadczający sytuacji granicznych w ramach własnej egzystencji znalazł odpowiedź, którą ostatecznie sformułował w ramach systemu terapeutycznego. W przedmowie do amerykańskiego przekładu jednego z najbardziej znanych dzieł Frankla *Człowiek w poszukiwaniu sensu*<sup>3</sup> amerykański rabin Harold S. Kushner (1935–2023) wprowadza nas w przestrzeń właściwego rozumienia antropologii austriackiego psychiatry w kontekście osobistych przeżyć. Według amerykańskiego rabina Frankl łączy w sobie teorie psychologiczne z realnym doświadczeniem „pustki egzystencjalnej”, której synonimem stało się dla niego Auschwitz wraz z historiami setek osób, które tam poznał. Dla Frankla kluczowa jest perspektywa, która pozwala zająć właściwą postawę w relacji do misterium cierpienia: (...) *forces beyond you control can take away everything you possess except one thing, you freedom to choose how you will respond to the situation*<sup>4</sup>. Tą podstawą jest optyka sensu. Jako wybitny neurolog i psychiatra z bagażem doświadczenia Holocaustu odkrywa niesamowicie kreatywną siłę trzeciego wymiaru ludzkiej egzystencji, który w swoich monografiach określa mianem wymiaru noetycznego – duchowego, stającego się dopełnieniem składającym się na trychoniczny paradygmat logoterapii – trzeciej drogi dla terapeutycznego świata – drogi RE-HUMANIZACJI dotychczasowych paradygmatów terapeutycznych: *W tym miejscu staje się zrozumiałe, dlaczego poważne wyniki badań w niższych wymiarach, choć mogą ignorować człowieczeństwo człowieka, nie muszą mu przeczyć. Prawda ta dotyczy w równym stopniu tak odmiennych teorii, jak behawioryzm Watsona, refleksjologia Pawłowa, psychoanaliza Freuda czy psychologia Adlera. Logoterapia nie uważa ich, a niejako ogarnia interpretując ich projekcje w wyższym wymiarze, lub jak to ujął norweski psychoterapeuta Bjarne Kvilhaug w odniesieniu do teorii i nauki behawioralnej – poddając wnioski konkretnych szkół własnej interpretacji i ponownej ocenie, a zarazem je rehumanizując*<sup>5</sup>. Wolność wyboru, rozumiana również jako wolność zajęcia określonego stanowiska w relacji do szeroko rozumianego doświadczenia pustki egzystencjalnej, jest przywilejem człowieka – przywilejem Osoby, który wymyka się wszelkim paradygmatom deterministycznym. Nie istnieje człowiek, który w życiu nie odczuwał cierpienia, przemijania, pustki, których nie mógłby przekształcić w osobiste zwycięstwo<sup>6</sup>.

<sup>3</sup> Tenże, *Man's search for Meaning*, London 2008.

<sup>4</sup> Tamże, s. 8: (...) *siły, które są poza twoją kontrolą, mogą odebrać ci wszystko, co posiadasz, z wyjątkiem jednej rzeczy, którą jest wolność wyboru sposobu, w jaki zareagujesz na sytuację* (tłum. aut.).

<sup>5</sup> Tenże, *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, s. 40.

<sup>6</sup> Por. tenże, *Życie z sensem. Autobiografia*, tłum. M. Chojnacki, Kraków 2023, s. 89–99.

## Poczucie sensu życia a frustracja egzystencjalna

*Być może „obozem koncentracyjnym”, który zmusi nas do walki o sens, będzie doświadczenie choroby (własnej lub kogoś bliskiego, śmierć ukochanej osoby, zdrada małżeńska, bezpłodność). Każdy ma w życiu takie okresy, które można śmiało nazwać więzieniem*<sup>7</sup>.

Trzeci wiedeński nurt, jako „przeżyta” i usystematyzowana koncepcja nowej szkoły terapeutycznej – nieredukcjonistycznej koncepcji człowieka, znalazł swoje ugruntowanie w granicznym doświadczeniu egzystencjalnych wyborów, których dokonywał Frankl w granicach wyznaczonych przez zaskie Auschwitz. Żelazne bramy obozu koncentracyjnego, zewnętrznie ograniczające ludzką wolność, nie mogły ostatecznie skrepować jego wolnej woli, która otwarta na głębsze poszukiwanie sensu wymykała się nieludzkim „standardom” Auschwitz. Historia Frankla kształtuje jego światopogląd, który w korespondencji z medycznym wykształceniem tworzy system stający się skutecznym i uosobionym narzędziem terapeutycznym. Historia wiedeńskiego psychiatry ma głęboki wymiar intelektualny oraz humanitar-ny, egzystencjalny i moralny.

Viktor Emil Frankl był nade wszystko człowiekiem, mężem, ojcem, psychiatrą, filozofem, wyznawcą judaizmu, który w wyniku działań wojennych został wywieziony do czterech obozów koncentracyjnych: Terezina, Auschwitz, Kaufering III, Türkheim<sup>8</sup>. Tam skatalogowano go jako bezimienny numer, a w konsekwencji semantycznie oderwano od własnej genealogii, wykształcenia, pozycji społecznej oraz naukowego dorobku<sup>9</sup>. W miejscu, które „podeptało” jego ludzką godność, gdzie (...) *człowiek doznaje czegoś na kształt emocjonalnej śmierci*, stracił wszystko<sup>10</sup>. W „dolinie śmierci” twórca logoterapii dokonuje próby zweryfikowania założeń własnej analizy egzystencjalnej, która pozwala nie tylko jemu samemu, ale i współwięźniom przetrwać to nieludzkie doświadczenie, nie wyrzekając się przy tym swojego człowieczeństwa. Jako wiedeński psychiatra przesiąknięty

<sup>7</sup> Tamże, s. 10.

<sup>8</sup> W autobiografii *Życie z Sensem...*, s. 137–155 Frankl dzieli się z czytelnikami swoim głębokim doświadczeniem, które w równie dramatyczny sposób wybrzmiało w książce *Człowiek w poszukiwaniu sensu. Frankl nie miał pretencji o to, co go spotkało. Nieludzkie warunki obozów koncentracyjnych nie stały się motywem zagrzewającym go do buntu i do zadawania roszczeniowych pytań: „dlaczego ja?”, „dlaczego właśnie ja?”. Momenty przebytego cierpienia skłaniały go do powtarzania słów: (...mimo wszystko powiedzieć życiu TAK) – słowa te to dosłowne tłumaczenie niemieckojęzycznego tytułu książki, którą w Polsce znamy pod tytułem „Człowiek w poszukiwaniu sensu”, Wstęp, w: V.E. Frankl, *Życie z Sensem. Autobiografia*, s. 9.*

<sup>9</sup> (...) *Ja jestem jednak byłym więźniem numer 119104*, tamże, s. 157.

<sup>10</sup> V.E. Frankl, *Człowiek w poszukiwaniu sensu*, s. 46.

Freudem i Adlerem oraz innymi ówczesnymi nurtami filozofii i medycyny jest wystawiony na ciężką próbę, która zweryfikuje jego człowieczeństwo, wiarę i własny paradygmat trychonicznej koncepcji człowieka. Nie wszyscy psychiatrzy, terapeuci i filozofowie otrzymali taki „przywilej” przeprowadzania „eksperymentu psychologicznego” w sercu obozu koncentracyjnego, jednocześnie będąc w nim uwięzieni. We wspomnianym kontekście Frankl napisze w autobiografii: *Widocznie pobyt tam był dla mnie prawdziwym egzaminem dojrzałości. Nie musiałem do niego przystępować – mogłem go uniknąć, emigrując w porę do Ameryki. Mogłem rozwinąć logoterapię w Ameryce, dokończyć tam dzieła życia, wypełnić swoje egzystencjalne zadanie – ale tego nie zrobiłem. Zamiast tego przyjechałem do Auschwitz. Było to experimentum crucis (okoliczności krzyżowe – sprawdzenie dwóch konkurujących teorii naukowych). Specyficznie ludzka fundamentalna zdolność do samotranscendencji i do samodystansu, która tak sielnie akcentuje w ostatnich latach, została egzystencjalnie zweryfikowana i potwierdzona w obozie koncentracyjnym. To empiryczne doświadczenie w najszerszym sensie tego słowa potwierdza survival value (wartość przetrwania)*<sup>11</sup>. Dlaczego nie wyemigrował do Ameryki?, dlaczego miłość do najbliższych oraz głębokie poczucie misji i deontologia lekarza były silniejsze niż wewnętrzny instykt samozachowawczy, który wołał: „uciekaj, ratuj się za wszelką cenę”?

W ramach zarysowania szerszego kontekstu, który rzuci światło na wyjątkowość Frankla, warto przywołać współczesnego mu Jeana Paula Sartre’a. Sartre, urodzony w 1905 r. (Frankl urodził się również w 1905 r.), podobnie jak Frankl, w swoich dziełach pochylał się nad tajemnicą ludzkiej egzystencji, natomiast nigdy tej egzystencji nie „dotknął” w taki sposób, w jaki dotykał jej Frankl, który zweryfikował teorię w rzeczywistości obozu koncentracyjnego. Sartre, poruszający się w świecie teoretycznych dywagacji, pozostał oderwany od ekstremalnych doświadczeń obozowego życia. Podczas wojny uprawiał egzystencjalizm ateistyczny, będąc jednocześnie meteorologiem, który badając zmiany pogodowe, przysłowiowo „puszczał balony” – obsługiwał narzędzia pomiarów pogodowych. Jego antropologia została ukształtowana poprzez radykalnie inne doświadczenie – a w tym momencie właśnie o doświadczenie chodzi. Wiedeński psychiatra ma w sobie swego rodzaju wyjątkowość, która pozwala mu doświadczyć i nazwać to, co go spotyka. Ta umiejętność dostrzegania, analizowania sytuacji i w końcu opisanie i usystematyzowanie tych doświadczeń daje pewien szeroki kontekst – Frankl odkrył potencjał woli sensu nie tylko na poziomie semantycznym,

---

<sup>11</sup> Tenże, *Życie z sensem. Autobiografia*, s. 149.

ale i głęboko egzystencjalnym<sup>12</sup>. W bestsellerze *Człowiek w poszukiwaniu sensu* Frankl pozostawił przejmującą opowieść o losach człowieka, który nawet w najbardziej nieludzkich warunkach nie utracił poczucia sensu i wiary w człowieczeństwo, który nie pozwolił na zredukowanie ludzkiego wymiaru do świata biologii i psychologii. Inspirująca historia twórcy logoterapii pozwala poznać wewnętrzne dylematy, chwile zwątpienia i ogromny ból austriackiego psychiatry, który dotykając sedna ludzkiej egzystencji, nie poddał się narastającej frustracji egzystencjalnej, lecz przeciwnie – został światu odpowiedzi, którą jest logoterapia. To właśnie wspomniana koncepcja terapeutyczna pozwoliła przetrwać piekło okrucieństwa wojny oraz hitlerowskich obozów koncentracyjnych. Logoterapia „uratowała” od nihilizmu jego samego oraz współwięźniów, dla których organizował w obozie grupy wsparcia. W wielu może się budzić pytanie: życie z sensem, czy to jest możliwe, czy to nie uproszczenie?, gdzie szukać sensu, kiedy życie się wali i nie ma żadnych przesłanek na to, że cokolwiek się zmieni?, że zmienią się nieuchronnie piętrzące się okoliczności? Jak uchwycić się wymiaru duchowego w zdegradowanym ciele i zdewastowanej psychice? Twórca logoterapii stracił najbliższe mu osoby. Jego ojciec zmarł podczas zamieszek w getcie dla Żydów, matka została zamordowana w komórce gazowej w Auschwitzu, natomiast żona i brat zginęli w wyniku eskalacji działań wojennych. Te tragiczne wiadomości dotarły do Frankla dopiero po wyzwoleniu obozu przez wojska amerykańskie. Tym, co pozwoliło mu wytrwać w dramatycznych warunkach łagru, były trzy rzeczy: głęboka nadzieja na ponowne spotkanie z bliskimi; wiara w Boga i pragnienie odtworzenia zniszczonego w obozie manuskryptu.

Viktor Emil Frankl zmarł w wieku 92 lat. Doświadczenie Holocaustu, koszmar drugiej wojny światowej skłoniły go do zaangażowania się w popularyzowanie idei logoterapii na całym świecie. Głosił konferencje niemalże na wszystkich kontynentach. Był niezwykle mówcą i lekarzem. Pozostawił ponad 400 artykułów i 31 książek, przetłumaczonych na wiele języków. Wspomniany manuskrypt został ostatecznie przez Frankla odtworzony oraz uzupełniony o obozowe doświadczenie i w konsekwencji wydany pod tytułem *Lekarz i dusza*, gdzie przedstawił założenia analizy egzystencjalnej i logoterapii. Nie był teoretykiem, był świadkiem – uczestnikiem

<sup>12</sup> Viktor Emil Frankl w swojej autobiografii oraz w światowej sławy dokumencie z otchłani Holocaustu *Człowiek w poszukiwaniu sensu* wiele razy zaskakuje czytelnika analitycznymi i diagnostycznymi umiejętnościami. Każdy spotkany człowiek był dla niego osobną historią, nad którą z szacunkiem należy się pochylić. (...) *Ja kiedyś policzyłem, miałem kontakt z co najmniej trzema tysiącami pacjentek rocznie. Doświadczenia te przyczyniły się do wyostrenia mojego zmysłu diagnostycznego, tenże, Życie z sensem. Autobiografia*, s. 109.

wielkiego eksperymentu, podczas którego udowodnił, że człowiek nawet w najtrudniejszych warunkach może pozostać odpowiedzialny, może kierować się sumieniem i wartościami, i w końcu – jest zdolny do przekraczania siebie. Wiedeński psychiatra nie miał co do tego wątpliwości. Mawiał – parafrazując Goethego<sup>13</sup> – że na człowieka trzeba patrzeć przez pryzmat jego potencjału – czyli przez pryzmat tego, kim może się stać, jeśli urzeczywistni swoje predyspozycje.

### Holistyczna wizja człowieka

Życie Frankla to głęboka analiza Zygmunta Freuda oraz indywidualnej psychologii swojego mentora Alfreda Adlera, które według wiedeńskiego psychiatry okazały się redukcjonistyczne, ponieważ nie wypracowały spójnego systemu całościowej wizji człowieka, stały się za to punktem wyjścia do powstania holistycznej struktury ludzkiej egzystencji<sup>14</sup>. Twórca logoterapii wymienia poglądy i koresponduje z nimi, dzięki temu dokonując głębokiej analizy dwóch wiodących nurtów terapeutycznych, co w konsekwencji doprowadza go do podjęcia próby zmiany ówczesnego paradygmatu i rozwinięcia nowego, radykalnie humanistycznego modelu psychoterapii. Lata 60. XX w. są czasem psychoterapii zorientowanej wokół klasycznej antropologii. Frankl coraz wyraźniej zaczyna dostrzegać, że jest ona niewystarczająca, ponieważ redukując człowieka do jednego z dwóch wymiarów, jest źródłem rozszerzającej się frustracji egzystencjalnej. Twórca trzeciej szkoły psychoterapii w swoich dziełach zaproponuje nowy paradygmat – trójwymiarowy, który stanie się początkiem dla re-humanizacji psychoterapii i wyznaczenia nowego kierunku – dotąd niedostatecznie pogłębionego – rozumienia człowieka w ujęciu trójaspektowym, gdzie człowiek jawi się jako Osoba rozumiana jako nieredukowalna jednostka, mieszcząca w sobie trzy komplementarnie uzupełniające się wymiary: fizyczny, psychiczny i duchowy. Ta koncepcja antropologiczna zostanie przez Frankla dookreślona

<sup>13</sup> W oryginale: *Jeżeli (...) bierzemy ludzi takimi tylko, jak są, to robimy ich gorszymi; jeżeli zaś traktujemy ich tak, jakby tem byli, czym być powinni, to ich posuwamy tam, dokąd posunięci być mogą*, J.W. Goethe, *Lata nauki Wilhelma Meistra*, [online], [dostępny: <https://wolnelektury.pl/katalog/lektura/lata-nauki-wilhelma-meistra/>], [dostęp: 1.12.2023].

<sup>14</sup> *Obydwa wyjaśnienia narodziły się w tej samej szkole myślenia, w kręgu wiedeńskiej psychoanalizy, a ich rozbieżność stała się przyczyną pierwszej wielkiej schizmy, która w 1911 r. na zawsze rozdzieliła wielkiego Zygmunta Freuda i Alfreda Adlera. (...). Przedziwne były losy ich koncepcji. Zigmunt Freud, zawsze kontrowersyjny, skrajny w poglądach, zmienny w treści, a konsekwentny w swoim pesymizmie, porzucony przez najzdolniejszych uczniów i wyklinyany z najróżniejszych pozycji. Alfred Adler ze swoją wiarą w człowieka, konstruktywnym poglądem na świat, akceptowany z najróżniejszych pozycji, działacz społeczny, pedagog z zamiłowania, psycholog z wyboru, Wstęp, w: A. Adler, *Sens życia*, tłum. M. Kreczowska, Warszawa 1986, s. 9.*

i sformułowana jako ontologia dymensionalna (trójwymiarowa koncepcja antropologiczna)<sup>15</sup>.

Frankl w pracy z pacjentem wręcz domagał się od lekarzy i psychoterapeutów personalistycznego podejścia, które uwzględni wspomniane wymiary, przez co nie redukował osoby do jednego z nich. Nie redukował problemów egzystencjalnych do sfery niższej (biologicznej i psychicznej), nie robił tego również do sfery wyższej (noetycznej), sprzeciwiając się teorii homeostazy – równowagi. Człowiek jest składową wspomnianych trzech komplementarnych wymiarów: biodynamiki – fizycznego wymiaru ludzkiego życia; psychodynamiki – psychicznego wymiaru ludzkiego życia; noodynamiki – duchowego wymiaru ludzkiego życia.

Logoterapia jako profesjonalna pomoc psychologiczna dotyka szczególnie obszaru problemów egzystencjalnych, m.in. koncentruje się na doświadczeniu cierpienia o charakterze nieprzewyciężalnym, pustce egzystencjalnej oraz frustracji<sup>16</sup>. Te graniczne doświadczenia są dla Frankla swoistą praktyką, którą włożył w teoretyczne ramy. Obóz i doświadczenie wojny stały się dla niego przedpolem, weryfikującym jego dotychczasowe założenia. Próba przetransponowania niekonwencjonalnych (na ów czas) metod na grunt oddziaływań terapeutycznych wydawała się utopią.

Fundamentem antropologicznym dla logoterapii jest analiza egzystencjalna, na której bazuje cały system psychoterapeutyczny stworzony przez Frankla. Zasadniczą kwestią dla analizy egzystencjalnej jest przedstawienie holistycznej struktury ludzkiego bytu, którą wiedeński psychiatra próbuje zrozumieć w dynamice ludzkiego sposobu funkcjonowania w ramach konkretnych życiowych okoliczności. Frankl odnajduje człowieka w konkretnym momencie jego życia, całej złożoności jego historii – jego losu, którego nie próbuje zmieniać, ale pomaga zrozumieć: (...) *wszystko cokolwiek nam się przydarza, musi mieć jakiś sens ostateczny, a nawet nadsens. Ale tego nadsensu nie sposób poznać; trzeba weń jednak wierzyć. Ostatecznie chodzi o ponowne odkrycie głoszonego przez Spinozę AMOR FATI, umiłowania losu*<sup>17</sup>.

Historia człowieka – jego los jest wynikiem wielu zmiennych, których konsekwencji w dużej mierze nie można odwrócić, natomiast można podjąć próbę „ustawienia się” we właściwej orientacji do tego, co mnie aktualnie spotyka. To powracające zorientowanie wokół cierpienia wiedeński psychiatra wyjaśni tak: *Człowiek jednak może się zmienić w każdej chwili;*

<sup>15</sup> Por. V.E. Frankl, *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, s. 34–36.

<sup>16</sup> P. Szczukiewicz, A. Szczukiewicz, *Logoterapia Viktora Emila Frankla w psychoterapii i poradnictwie psychologicznym*, „Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska”, T. XXXI (2018) 2, s. 198–199.

<sup>17</sup> V.E. Frankl, *Życie z sensem. Autobiografia*, s. 78.

w przeciwnym razie nie byłby człowiekiem. Na tym polega przywilej bycia człowiekiem, a nieodłącznym składnikiem ludzkiej egzystencji jest zdolność nieustannego kształtowania samego siebie<sup>18</sup>.

### Logoterapia we „współczesnym micie” o antycznym Syzyfie

(...) sprowadził filozofię z nieba na ziemię, do miast, a nawet do domów, i zmusił, żeby badała życie i obyczaje oraz to co dobre i złe (de vita et moribus rebusque bonis et malis)<sup>19</sup>. Problematyka sensu i jego znaczenie w życiu człowieka jest nieodzownie skorelowane z doświadczeniem braku sensu. Antypody tego zagadnienia są nieustannie analizowane i szeroko komentowane, ponieważ dotyczą samego rdzenia ludzkiego życia. Jednym z wielu współczesnych badaczy tego sektora naszej egzystencji jest Susan R. Wolf<sup>20</sup>, która w swoich ostatnich publikacjach z serii „Kim jest człowiek?” zaprasza do dialogu wszystkich myślicieli, dla których niebanalne jest pytanie o kondycję człowieka – o jego moralność i psychikę w optyce wspomnianego poczucia sensu. Pytania dotyczące sensu życia, które podejmuje Wolf, są jednocześnie próbą analizy tego zagadnienia w kontekście współczesnych przemian kulturowych i wpisują się w logoterapeutyczną intuicję Frankla. Wolf w swojej publikacji przywołuje przykład Syzyfa, który w mitycznym świecie zostaje skazany na pozbawioną sensu i niemającą końca egzystencję. Zadanie, które przydzielili mu bogowie, jest absurdalne i nieskończone, dlatego stało się literacką figurą przegranego i pozbawionego sensu życia<sup>21</sup>. Wolf komentując przesłanie płynące z mitu, odwołuje się do filozofa Richarda Taylora, który proponując rozwiązanie beznadziejnej sytuacji Syzyfa, intuicyjnie koresponduje z teorią logoterapii Frankla: (...) *W debacie o absurdalności życia filozof Richard Taylor zaproponował jednak eksperyment myślowy, w którym bogowie litują się nad Syzyfem i wstrzykują do jego żył substancję przeistaczającą go z kogoś, dla kogo wtaczanie kamienia było tylko bolesną, żmudną i niepożądaną katorgą, w kogoś, kto kocha wtaczanie kamienia bardziej niż cokolwiek innego w (za) świecie. Nie ma niczego poza wtaczaniem kamienia, co odmieniony Syzyf wolałby robić.*

<sup>18</sup> V.E. Frankl, *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, s. 100.

<sup>19</sup> Ciceron, *Rozmowy tuskulańskie*, V, 4, tłum. J. Śmigaj, w: Ciceron, *Pisma filozoficzne*, t. III, Warszawa 1961, s. 688.

<sup>20</sup> Susan Rose Wolf jest amerykańską filozof moralności oraz wykładowcą na Uniwersytecie Północnej Karoliny w Chapel Hill. Wśród jej publikacji do najważniejszych należą: *Freedom within Reason, Understanding Love, The Variety of Values*.

<sup>21</sup> Zob. A. Camus, *Mit Syzyfa i inne eseje*, tłum. J. Guze, Warszawa 1999.

*Innymi słowy, wtaczanie kamienia przynosi mu spełnienie*<sup>22</sup>. Antyczny Syzyf przywołany przez Wolf i Taylora odnalazł swój głąz i swoją górę, które nadają sens dotychczas absurdalnemu życiu. Według intuicji wspomnianych filozofów oraz koncepcji Frankla życie Syzyfa nie musi być symbolem bezsensownej egzystencji, lecz miejscem doświadczenia takiego stanu, który podobnie jak doświadczenie obozu koncentracyjnego w życiu wiedeńskiego psychiatry pozwala człowiekowi doświadczyć wspomnianej franklowskiej otchłani, w której ostatnie słowo należy do człowieka. Czym jest dla Frankla „cudowny zastrzyk”, o którym mówi Taylor, gdzie i jak szukać odpowiedzi?

Narzędziem pomocowym jest antropologia twórcy logoterapii oraz techniki logoterapeutyczne, które wraz z całym zapleczem teoretycznym tego systemu stanowią nowy scenariusz skierowany do człowieka odczuwającego brak poczucia sensu życia, redukcjonizm, pustkę egzystencjalną oraz związane z nią brak motywacji i wewnętrzną frustrację.

Innymi słowy, wiedeński psychiatra uważa, że wola sensu (głębokie pragnienie człowieka, aby życie miało sens) jest siłą napędową, fundamentalnym dążeniem i podstawowym pragnieniem wpisanym w ludzką egzystencję. Jeżeli ta potrzeba nie jest spełniona – brak poczucia sensu prowadzi do egzystencjalnego doświadczenia frustracji, która jest spowodowana doświadczeniem pustki egzystencjalnej, rozumianej przez autora jako zamknięcie się człowieka w świecie nieuchronnego fatum, które tak pojmowane determinuje go i uniemożliwia odnalezienie innej – właściwej perspektywy.

*(...) nic na całym świecie nie może równać się ze świadomością, że nasze życie ma sens. Wiele jest prawdy w słowach Nietzschego, który powiedział „Ten, kto wie, dlaczego żyje, nie troszczy się o to, jak żyje”. To zdanie jest dla mnie mottem, które sprawdza się w każdym rodzaju psychoterapii*<sup>23</sup>.

Wojna oraz doświadczenie obozowego życia pozwoliły Franklowi dotknąć czegoś ekstremalnie trudnego, czegoś, co za Abrahamem H. Maslowem określi mianem *doświadczenia otchłani*<sup>24</sup>. Słowo *otchłań* ma w sobie coś niewyrażalnego i na wskroś niemożliwego do ogarnięcia przez człowieka, coś, co wymyka się wszelkim ludzkim kategoriom. Pustka zamyka człowieka w cierpiącym, poniżonym, odrzuconym, obozowym TERAZ, stając się swego rodzaju *pieśnią o terażniejszości, Concentration Camps*, z którego

<sup>22</sup> S.R. Wolf, *Sens życia i jego znaczenie*, tłum. D. Misztal, Łódź 2018, s. 49.

<sup>23</sup> V.E. Frankl, *Człowiek w poszukiwaniu sensu*, s. 157.

<sup>24</sup> Por. tenże, *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*, s. 111: (...) *Coraz więcej pacjentów uskarża się na coś, co nazywają „pustką wewnętrzną”, dlatego dla opisanie ich stanu przyjąłem określenie „egzystencjalnej pustki”. W przeciwieństwie do doświadczeń szczytowych, tak trafnie opisanych przez Maslowa, egzystencjalną pustkę można by zdefiniować jako „doświadczenie otchłani”.*

nie ma wyjścia. Frankl niejednokrotnie przełamywał ową pustkę, doszukując się niepowtarzalnych, małych sensów.

Wspomniane dynamiczne poszukiwanie sensu określi pojęciem noodynamiki – koncepcji człowieka, który wciąż siebie przewycięża, odkrywając nowe cele w dynamicznym kontekście swojej egzystencji – SWOIM TERAZ.

*Człowiek współczesny nie kieruje się ogólnie przyjętymi konwencjami, tradycjami oraz wartościami w kwestii tego, jak powinien postępować (...) pada ofiarą konformizmu albo totalitaryzmu*<sup>25</sup>.

Współczesny filozof ks. Sylwester Warzyński w książce pt. *Człowiek w kulturze wyczerpania*, w części zatytułowanej *Człowiek Nieokreślony* odwołuje się do treści wywiadu *Gra resztkami*, który Salvatore Mele i Mark Titmarsh przeprowadzili w 1996 r. z Jeanem Baudrillardem. Baudrillard w swoich dziełach niejednokrotnie nawiązywał do pewnego zjawiska kulturowego, które określał mianem *zmięzchu podmiotu*, tym samym wpisując się w intuicje Frankla, który dostrzegał wspomnianą zależność w rozwijającej się psychoterapii. Filozoficzna diagnoza francuskiego socjologa i filozofa w aktualnych czasach staje się realnym doświadczeniem, które przybiera coraz to bardziej radykalne odcienie *zmięzchu podmiotu*. Wspomniany filozof komentując fragment wywiadu, konstruuje pewne wnioski, które stanowią dobry punkt wyjścia do pogłębienia tematu pustki egzystencjalnej, której poświęcono ten paragraf. Warzyński komentując Baudrillarda, pisze: *Czytając te słowa, chciałoby się powiedzieć, że jest w nich dużo przesady, że wprawdzie doświadczamy jakiegoś fundamentalnego kryzysu, egzystencjalnego braku oparcia, zagubienia, ale nie jakiegoś totalnego zniszczenia. Czy na pewno? Człowiek XX i początku XXI wieku podważył przecież niemal wszystko. (...) Jego słowa oddają stan współczesnej kultury. Kultury zbudowanej na śmierci człowieka*<sup>26</sup>.

Podsumowując, logoterapia Viktora Emila Frankla stanowi istotne i aktualne przeciwieństwo redukcjonistycznych tendencji w antropologii, które często pomniejszają noetyczny i egzystencjalny wymiar ludzkiego życia. Poprzez swoje fundamentalne założenie zakorzenionej w naturze woli sensu, logoterapia przypomina o głębokiej potrzebie człowieka, którą jest poszukiwanie znaczenia i celu, nawet w kontekście Auschwitz. Akcentując wolność wyboru – zajęcia postawy, wyjątkowość jednostki oraz rolę sensu w życiu, koncepcja Frankla nie tylko re-personalizuje rozumienie natury ludzkiej, ale również oferuje cenną perspektywę dla tych, którzy poszukują głębszego zrozumienia siebie i swojego miejsca w świecie. W obliczu współczesnych

<sup>25</sup> Tamże.

<sup>26</sup> S. Warzyński, *Życie w kulturze wyczerpania. Studium filozoficzne*, Kraków 2022, s.106.

wyzwań „uśmiercania podmiotu” – w epoce zaniku wymiaru duchowego oraz prymatu redukcjonistycznych paradygmatów filozoficznych i medycznych – jest niczym innym jak odpowiedzią na próby depersonalizacji i redukcjonizmu, które przyspieszają „zmarznięcie podmiotu”. Człowiek żyjący w świecie wielu czynników determinujących jego życie, zamknięty w permanentnym TERAZ kwestionuje jego podmiotowość, stając się zaproszeniem do świata „bez sensu”.

### Streszczenie

Artykuł wprowadza w główne założenia antropologiczne logoterapii Viktora Emila Frankla w kontraście do redukcjonistycznych paradygmatów antropologicznych. Podkreśla, że logoterapia, z jej osiową koncepcją ontologii dymensjonalnej oraz „woli sensu”, oferuje holistyczne spojrzenie na człowieka, wykraczające poza modele biologiczne, psychologiczne czy społeczne. Frankl akcentuje wolność, niepowtarzalność i duchowy wymiar ludzkiej egzystencji, wskazując na fundamentalną rolę odnajdywania sensu w życiu, nawet w obliczu cierpienia. Praca ta stanowi obronę pełniejszej wizji człowieczeństwa w psychologii, podkreślając, że poszukiwanie sensu jest głęboko egzystencjalnym pragnieniem oraz podstawową siłą motywacyjną człowieka.

### Summary

This article introduces the central anthropological tenets of Viktor Emil Frankl's logotherapy in contrast to reductionist anthropological paradigms. It emphasises that logotherapy, with its pivotal concepts of dimensional ontology and the “will to meaning”, offers a holistic perspective on human beings, transcending biological, psychological, or social models. Frankl emphasises the freedom, uniqueness, and spiritual dimension of human existence, underscoring the fundamental importance of finding meaning in life, even in the face of suffering. This study defends a more comprehensive understanding of humanity in psychology, emphasising that the search for meaning is a profound existential desire and a primary motivational force for human beings.