

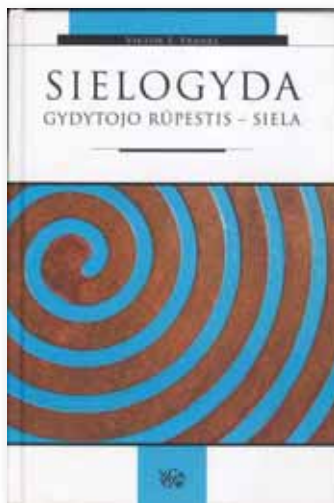
SIELOGYDA: TARP PSICHOTERAPIJOS IR RELIGIJOS

Frankl. V. E. Sielogyda. Gydytojo rūpestis – siela.
Vilnius: Vaga. 2008.

Neseniai pasirodė pakartotinis V. E. Franklio veikalo „Sielogyda. Gydytojo rūpestis – siela“ leidimas (iš vokiečių kalbos vertė Austėja Merkevičiūtė).¹ Tai trečioji įžymiojo neurologo, psichiatro, psichoterapeuto ir vieno įtakingiausių XX amžiaus mąstytojo, logoterapijos ir egzistencinės analizės pradininko prof. dr. Viktoro Emilio Franklio (1905–1997) knyga lietuvių kalba. 1997 m. lietuviškai buvo išleistas jo veikalas „Žmogus ieško prasmės“ (Vilnius: Katalikų pasaulis), o 2000 m. – „Nesąmoningas Dievas: psichoterapija ir religija“ (Vilnius: Vaga).

V. E. Franklio veikalas „Sielogyda“ pateikia pagrindinius logoterapijos ir egzistencinės analizės principus. Anot paties autoriaus, logoterapija ir egzistencinė analizė yra mokslo sritys, kuriose susiliečia medicina ir filosofija, o sielogyda balansuoja tarp medicinos ir religijos. Todėl veikalas turėtų būti įdomus ne tik psichiatrijos ir psichologijos, bet ir filosofijos, teologijos, antropologijos bei edukologijos sričių dėstytojams ir studentams.

V. E. Franklio apmąstymų apie žmogaus būtį, drauge ir jo mokslinių išvalgų išeities taškas yra įsitikinimas, kad kiekvienas žmogus siekia atrasti ir įgyvendinti savo gyvenimo prasmę. Tačiau nūdien ši *valia siekti prasmės* (vok. *Wille zum Sinn*, angl. *Will to Meaning*) pernelyg dažnai yra neatpažinta arba pažeista. Todėl logoterapija kalba apie daugelio žmonių patiriamą egzistencinę frustraciją. Tokie asmenys skundžiasi beprasmybės jausmu arba vidine tuštuma, kurią logoterapeutai įvardija kaip *egzistencinį vakuumą*. Ši egzistencinį vakuumą šiandienos vertybių sumaišties pasaulyje pagrįstai galima laikyti kolektyvine neuroze. Kai egzistencinė neurozė pasireiškia neuroziniais simptomais, tuomet esama pagrindo kalbėti apie naujo tipo neurozę – noogeninę neurozę. Įsivyravus gy-



venimo beprasmybės nuotakai, savižudybė paradoksaliai gali pasirodyti kaip vienintelis prasmingas veiksmas.

Be abejo, ne gydytojo uždavinys suteikti paciento gyvenimui prasmę, ir niekas negali išrašyti gyvenimo prasmės recepto. Vis dėlto psichiatras, pasinaudodamas egzistencinės analizės metodu, gali padėti pacientui *atrasti* gyvenimo prasmę. V. E. Franklis įsitikinęs, kad gyvenimo ir atskirų jo momentų prasmė objektyviai egzistuoja. Todėl gyvenimo prasmę reikia *atrasti*, o ne subjektyviai ir savavališkai ją kam nors priskirti. Asmens gyvenimas ar atskiros jo gyvenimo aplinkybės gali atrodyti beprasmybės, tačiau tokios anaipol nėra. Net neigiami žmogiškosios egzistencijos aspektai, ypač tragiškoji kančios, kaltės ir mirties triada, turi savo pozityviąją prasmę ir todėl yra bei privalo būti paversti laimėjimu.

Sugretinus *valią siekti prasmės* su *valia siekti malonumo*, galima pastebėti, kad valia siekti malonumo yra pati savyje prieštaringa: kuo labiau vejamos malonumą, tuo labiau jį nuvejame, t. y. kuo labiau malonumą paverčiame savo gyvenimo tikslu, tuo labiau jį prarandame. V. E. Franklis pažymi, kad ši malonumo sureikšminimo nuostata yra dažniausia šiandieną vis labiau plintančių seksualinių neurozių priežastis.

Nemaža veikalo dalis skirta vadinamajam *paradoksališios intencijos* metodui pristatyti. Tai būdas, skiriamas gydyti baimės ir įkyriųjų būsenų neurozės kamuojamiems žmonėms. Pacientas, apimtas baimės ir įkyriųjų būsenų neurozės, nepajėgia atsikratyti nepakenčiamų minčių ar vaizdinių, grumiasi su jais, o šios grumtynės dar padidina spaudimą. Paradoksaliąją intenciją pavyksta pasiekti, kad pacientas atsižada šios užburto rato kovos, simptomai silpsta ir galiausiai asmuo grįžta į normalią, sveiką būklę. Vienas iš paradoksališios intencijos elementų – išlaisvinantis humoro poveikis, leidžiantis išsivaduoti iš savo „reikšmingumo“ ir pažvelgti į save iš šalies.

Veikale aptariama meilės, kančios, mirties, darbo prasmė; laisvės, atsakomybės, malonumo, seksualumo, savižudybės temos. Analizuoti šiuos klausimus būtų visiškai neįmanoma neatsigręžiant į antropologinę problematiką. V. E. Franklis konstatuoja, kad didžiausia antropologinė klaida – redukcionistinis požiūris į žmogų, jį suvokiant tik kaip psichofizinę būtybę ir atitinkamai interpretuojant jo veiksmus (skyrius „Imago hominis“).

Logoterapija peržengia tą ribą, ties kuria sustoja daugelis psichoterapijos metodų. Gydimas dažnai lieka neveiksmingas, kol nepaminiama prasmės problematika. V. E. Franklis, kaip kiekvienas didis ir tikras mokslininkas, suvokia savo pasiekimų ribas ir nuolankiai pripažįsta, kad ilgainiui logoterapijos pradininkų pasekėjai jų atradimus papildys ir pranašs. Kita vertus, jis išmintingai perspėja, kad logoterapija nėra psichoterapijos pakaitalas; ji tik prisideda sužmoginant psichoterapiją.²

Knyga ne tik žadina gaivų optimizmą, bet ir akina skaitytoją platesniems užmojams, ne vien dėl to, kad kiekvienu gyvenimo momentu turime unikalią ir nuostabią galimybę (ir atsakomybę) pasirinkti vieną galimybę iš tūkstančio ir taip tą vienintelę pašaukti gyvenimui, o visas kitas palikti nebūčiai, bet ir dėl to, kad dažnai nenumanome, jog esame pašaukti kur kas didesniems dalykams. Savo knygoje V. E. Franklis pateikia ne vieną įsimintiną ir ypatingu būdu į mus prabylantį pasakojimą: „Kadaise į laivą, plaukusį iš Marselio į Velnio salą, įlaipino negra, nuteistą katorgai iki gyvos galvos. Išplaukus į atvirą jūrą garlaivyje (kalbame apie anuomet nuskendusį „Leviataną“) įsiplieskė gaisras. Kaliniui, itin stipriam vyrui, nuėmė antrankius, ir jis išgelbėjo dešimt žmonių. Už tai buvo amnestuo-

tas. Jei Marselio krantinėje šio vyro būtų paklausę, ar jis mato kokią nors prasmę toliau gyventi, jis veikiausiai būtų papurtęs galvą. Apskritai nė vienas žmogus nežino, ko dar gali tikėtis iš gyvenimo, kokia didi valanda galbūt dar laukia.“³

V. E. Franklis drąsina mus „nepraleisti vienkartinį progų“⁴ ir gyventi taip, „tarsi gyventum antrą kartą, o pirmąjį būtų elgęsis taip blogai, kaip dabar ketini“.⁵ Akcentuodamas didžią ir įstabią žmogaus gyvenimo galimybę rinktis ir būti atsakingam, V. E. Franklis pažymi, kad „žmogus nė akimirkos neišvengia būtinybės rinktis iš galimybių. Jis tik gali apsimesti, „tarsi“ neturėtų pasirinkimo ir laisvės apsispręsti. Toks apsimetinėjimas – žmogiškosios tragikomedijos dalis“.⁶

Mokslinis ir dalykiškas dėstymo būdas, perpintas daugybe pavyzdžių iš medicininės V. E. Franklio ir jo kolegų praktikos, nuolat sutinkamas subtilus humoras veikalą daro nepaprastai įdomų ir patrauklų. Knyga intriguoja savo tarpdisciplininio pobūdžiu ir giedru viltingumu: „Sielogydos sritis įsiterpusi tarp dviejų karalysčių [medicinos ir religijos]. Taigi yra paribys. Kaip paribys, ji – niekieno žemė. Tačiau Pažadėtoji žemė!“⁷

Kun. prof. dr. Romualdas Dulskis

NUORODOS

- 1 Frankl. V. E. Sielogyda. Gydytojo rūpestis – siela. Vilnius: Vaga. 2008.
- 2 Ten pat. P. 329.
- 3 Ten pat. P. 108–109.
- 4 Ten pat. P. 124.
- 5 Ten pat. P. 124.
- 6 Ten pat. P. 135.
- 7 Ten pat. P. 315.