

**LOGOTERAPIE A EXISTENCIÁLNÍ ANALÝZA
VIKTORA E. FRANKLA JAKO SOUČÁST FILOSOFICKÉHO
A ETICKÉHO MILIEU PSYCHOSOCIÁLNÍ REHABILITACE**
(Na příkladu psychosociální rehabilitace Camino Vsetín)

PhDr. Mgr. Miroslav Kadlubiec, Dr. h. c. Phil.



Autorka portrétu: Katja Vesely, vnučka V. E. Frankla

Dedikováno docentu Karlu Balcarovi s poděkováním za dlouholetou odbornou pomoc a přátelskou přízeň

Každá organizace obecně, má-li mít její činnost nějaký smysl (efektivitu) je povinna ve svém vnitřním režimu, ústrojenství mít své osobité, originální, unikátní klima, *milieu*, které umožní každému z účastníků při participaci, vkladu, zaujetí na společném díle nalézt svůj podíl zodpovědnosti a uspokojení.

Psychosociální rehabilitace Camino, jako společenství lidí, kteří se ve vzájemnosti snaží o definování, ověření, ustálení a využití všech dostupných, oprávněných způsobů, instrumentů jak přispět, dosáhnout co největší úlevy v těch problémech a omezeních, které přináší duševní nemoc, psychická nepohoda, také průběžně hledá a nalézá vlastní, přirozenou a přiměřenou cestu k vytvoření a stálému udržování odpovídajícího prostředí.

Záměrem tohoto příspěvku je přiblížit ostatním, velmi přístupnou formou, jeden z myšlenkových pramenů vnímání hodnot, smyslu našeho bytí. Toto zamyšlení si nečiní nárok na ucelený, vědecký přístup k tématu, je pouze snahou o reflexi toho, co my společně v Caminu v každodennosti vnímáme, cítíme a mnohdy intuitivně konáme. Teprve při poctivějším zamyšlení jsme schopni vysledovat konkrétní „*pegé gnóseos*“, *prameny poznání*, ze kterých vycházíme.

Jelikož jsem si dovilil připsat tuto drobnou úvahu docentu Karlu Balcarovi za jeho ochotu po léta nás podporovat odborně formou seminářů na ***Dnech duševního zdraví*** a hlavně tím, že nám v Caminu je ochoten věnovat i kus svého osobního, neformálního času k diskusi, bude tato úvaha vycházet bazálně ze dvou zdrojů. Prvním jsou moje osobní zápisy in genere - poznámky ze seminářů docenta Karla Balcara k *Logoterapii a Existenciální analýze* z let 2007 – 2015 pořádané na PVŠPS v Praze. Druhým pramenem pak jsou drobná komentária autora ke knihám Viktora Emila Frankla a jeho žáků, pokračovatelů, přátel.

Viktor Emil (Emanuel) Frankl

Lékař – profesně neurolog a psychiatr, filozof a psycholog, profesor neurologie a psychiatrie na univerzitě ve Vídni a profesor logoterapie na United States International University v San Diegu v Kalifornii, zakladatel logoterapie Viktor (Emil) Emanuel Frankl se narodil 26. března 1905 ve Vídni, kde 1. 9. 1997 také i zemřel na srdeční selhání, když svou poslední přednes na zdejší univerzitě měl ještě v roce 1996.¹ Jako vzpomínku máme v Caminu zarámovaný rozpis této poslední přednášky Viktora Frankla.

Franklovy kořeny však sahají do Čech, do Prahy a jižní Moravy, odkud pocházeli jeho rodiče.

Otec Viktora Frankla, Gabriel, se narodil v malém moravském městečku Pohořelice, ve Vídni absolvoval studia medicíny, pro finanční důvody však poté přijal místo ve státních službách, byl úspěšný a na ministerstvu sociální správy se později stal sekčním ředitelem. Svého otce Frankl popisuje jako muže zásad a povinností, se spartánským, stoickým přístupem k životu.

Franklova matka Elsa pocházela ze staré, významné patricijské pražské židovské rodiny, jejíž kořeny sahají velmi hluboko. V 11. a 12. století mezi předky nalezneme významného vykladače talmudu Rašiho, dále pak známého staropražského rabiho Jehudu Loewa ben Becalela, nazývaného též Maharal.

Do téhož rodu později patřil i strýc Franklovy maminky, pražský německý básník Oskar Wiener (1873 – 1944), kterého zmiňuje rakouský spisovatel Gustav Meyrink ve svém slavném románu Golem (1915). Oskar Wiener zahynul v terezínském táboře, Viktor Frankl byl svědkem jeho konce, jak zmiňuje ve své *autobiografii*.²

¹BALCAR, K.: *Materiály ze seminářů LEA*, PVŠPS Praha, 2007-2015

²FRANKL, V.E.: *Co v mých knihách není*. 1.vyd. Brno: Cesta, 1997, s.11.

Na svou matku Frankl vzpomínal jako na ženu s niternou zbožností a velmi dobrotivou. Dá se tedy vyvodit, že svou racionálnost a preciznost, pracovitost, subtilnost Viktor Frankl zdědil po otci a hlubokou citlivost, vnímavost, emocionálnost po své matce.

Se smrtí nejbližších se musel vyrovnat ještě několikrát, v koncentračních táborech zahynula kromě jeho sestry Stelly celá Franklova rodina. Jako lékař v Terezínském ghettu se staral o svého otce až do jeho smrti.

„Mezi věcmi, které se mi podařilo propašovat do terezínského tábora, byla také jedna ampulka morfia. Tu jsem vstříkl svému otci, když jsem jako lékař musel vidět, že mu hrozí terminální edém plic, tedy zápas o vzduch bezprostředně před nástupem smrti. Bylo mu tehdy již 81 let a byl už téměř vyhladovělý. Přesto muselo dojít ke dvěma zápalům plic, než ho život opustil. Ptal jsem se ho: „Máš ještě bolesti?“ „Ne.“ „máš ještě nějaké přání?“ „Ne.“ „Chceš mi něco říci?“ „Ne.“ Poté jsem ho políbil a odešel. Věděl jsem, že ho už živého nespatřím. Ale měl jsem nejkrásnější pocit, jaký si lze představit: udělal jsem všechno, co jsem mohl a měl. Zůstal jsem kvůli rodičům ve Vídni a nyní jsem svého otce doprovodil k smrti a ušetřil ho zbytečných smrtelných muk.“³

Matka Elsa zahynula po příjezdu do Osvětimi v plynové komoře, bratr Waltr pravděpodobně zemřel při práci v uhelném dole. Snad nejbolestnější však bylo to, že Franklova první manželka Tilly se dožila osvobození tábora v Bergen – Belsenu, krátce po osvobození však podlehl s mnoha tisíci dalších spoluvězeňkyň epidemii tyfu (poznámka: jeho druhou ženou se v roce 1947 stala zdravotní sestra z neurologického oddělení vídeňské nemocnice Eleonore „Elli“ Schwindtová).

Tato krutá fakta osvědčují, ilustrují sílu „*vzdorné moci ducha*“, Viktora Emanuela Frankla, který nejen, že nezatrpkl a nerevidoval

³ FRANKL, V.E.: *Co v mých knihách není. Autobiografie*. 1.vyd. Brno: Cesta, 1997, s.17.

svou logoterapeutickou ideu, ba naopak se jako jeden z prvních po ukončené válce veřejně vyjádřil proti kolektivní vině.⁴

Dále v textu jsou uvedeny některé další významné, zlomové momenty a události v životě Viktora Emanuela Frankla, které měly vliv na vývoj a formování logoterapie a existenciální analýzy, o kterých sám hovoří a jež zdůrazňuje.

Viktor Frankl ve své autobiografii vzpomínal na moment, kdy v raném dětství, ve věku asi čtyřech let jej před usnutím vyděsila myšlenka, že jednou musí i on zemřít. Dále tuto vzpomínku komentoval v rámci logoterapeutického náhledu takto:

„Ale strach ze smrti mne vlastně nikdy v životě netížil; tížilo mne jen jedno: otázka, zda pomíjivost života nezničí jeho smysl. A odpověď na tuto otázku, k níž jsem se posléze probojoval, byla tato: Z mnoha hledisek teprve smrt činí život vůbec smysluplným. Především však nemůže pomíjivost ukončit smysl bytí z toho prostého důvodu, že v minulosti se nemůže nic nenávratně ztratit, spíše vše zůstává trvale uchováno. Minulost je tedy dokonce uchráněna a zachráněna před pomíjivostí. Cokoli jsme vykonali a vytvořili, cokoli jsme prožili a zakusili – to jsme zachránili jako minulost a nikdo a nic už to nemůže odstranit ze světa“..⁵

V logoterapii se o tomto velmi důležitém a terapeuticky využitelném náhledu (například pro klienty s fatální prognózou) hovoří jako o „filmu života“, *bývá znázorňován filmovým pásem, cívkou, kde vše co se událo, je zaznamenáno.*⁶

Dalším momentem, který dokladuje pravdivost a přesvědčení Viktora Frankla byla situace, kdy přesto, že měl konzulátem USA vyhotovené vízum k vycestování do Spojených států a tím záchraně vlastního života, odmítl tuto možnost. Rozhodl se neopustit své rodiče

⁴FRANKL, V.E.: *A přesto říci životu ano*. 3. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s.169.

⁵FRANKL, V. E.: *Co v mých knihách není. Autobiografie*. 1.vyd. Brno: Cesta, 1997, s.19.

⁶KŘIVOHLAVÝ, J.: *Mít pro co žít*. 2.vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010, s. 94.

s vědomím, že všechny čeká deportace do koncentračního tábora. „Když jsem přišel domů, padl můj pohled na kousek mramoru, který ležel na stole. „Co je to?“ Obrátil jsem se na svého otce. „To? Ach, našel jsem to dnes na staveništi, kde dřív stála synagoga, která byla vypálena. Mramorový úlomek je kus desek Zákona. Jestli tě to zajímá, mohu ti také říct, ke kterému z deseti přikázání se vytesané hebrejské písmeno vztahuje. Neboť je jen jedno přikázání, jehož iniciála to je.“ „A sice?“ Naléhám na svého otce. Nato mi odpověděl: „Cti otce svého i matku, abys dlouho byl živ na zemi...“ A tak jsem zůstal „na zemi“ u svých rodičů a nechal jsem vízum propadnout.“⁷

Pokud se tedy zásadně a velmi jednoznačně v logoterapii hovoří o svědomí jako o orgánu, kterým se naplňuje zodpovědnost a smysl života, V. E. Frankl tím tuto zásadu osvědčil v plné míře.⁸

Celý život profesora Viktora Emanuela Frankla byl dramatickým osudem, příběhem, který jemu samotnému i světu umožnil teoretický vznik logoterapie, existenciální analýzy a poté jejich aplikaci, ověření v hraničních životních situacích a podmínkách koncentračních táborů a posléze rozšíření této psychoterapie prakticky po celém světě. Frankl se stal legendou už za svého života.

Toto tvrzení lze dokladovat tím, že Viktoru Franklovi bylo uděleno 27 čestných doktorátů universitami celého světa, též na Karlově univerzitě v Praze v roce 1994, v témže roce obdržel zlatou medaili Masarykovy univerzity v Brně. V roce 1985 mu v Dallasu na zasedání Americké psychiatrické společnosti byla udělena jako prvnímu člověku, který nebyl Američan, cena Oskara Pfistera.⁹ Tato cena je nazvána podle švýcarského teologa, přítele a žáka Sigmunda Freuda. Frankl přednášel na 175 univerzitách celého světa, mimo jiné byl též ustanoven řádným profesorem v USA na Harvard University, Stanford University a dále na univerzitách v Dallasu a Pittsburgu.

⁷ FRANKL, V. E.: *Co v mých knihách není. Autobiografie*. 1.vyd. Brno: Cesta, 1997, s.65.

⁸Zpracováno dle: BALCAR, K.: *Materiály ze seminářů LEA, PVŠPS Praha, 2007-2015*

⁹FRANKL, V. E.: *Psychoterapie a náboženství. Hledání nejvyššího smyslu*. Vyd.2007, Brno: Cesta, 2007, s. 7.

Franklových 31 knih vyšlo ve 25 světových jazycích, japonštinu a čínštinu nevyjímaje. Jen Franklovy knihy „*Člověk hledá smysl*“, vydané v USA pod názvem „*Man's Search for Meaning*“, se prodalo kolem devíti milionů kusů.¹⁰

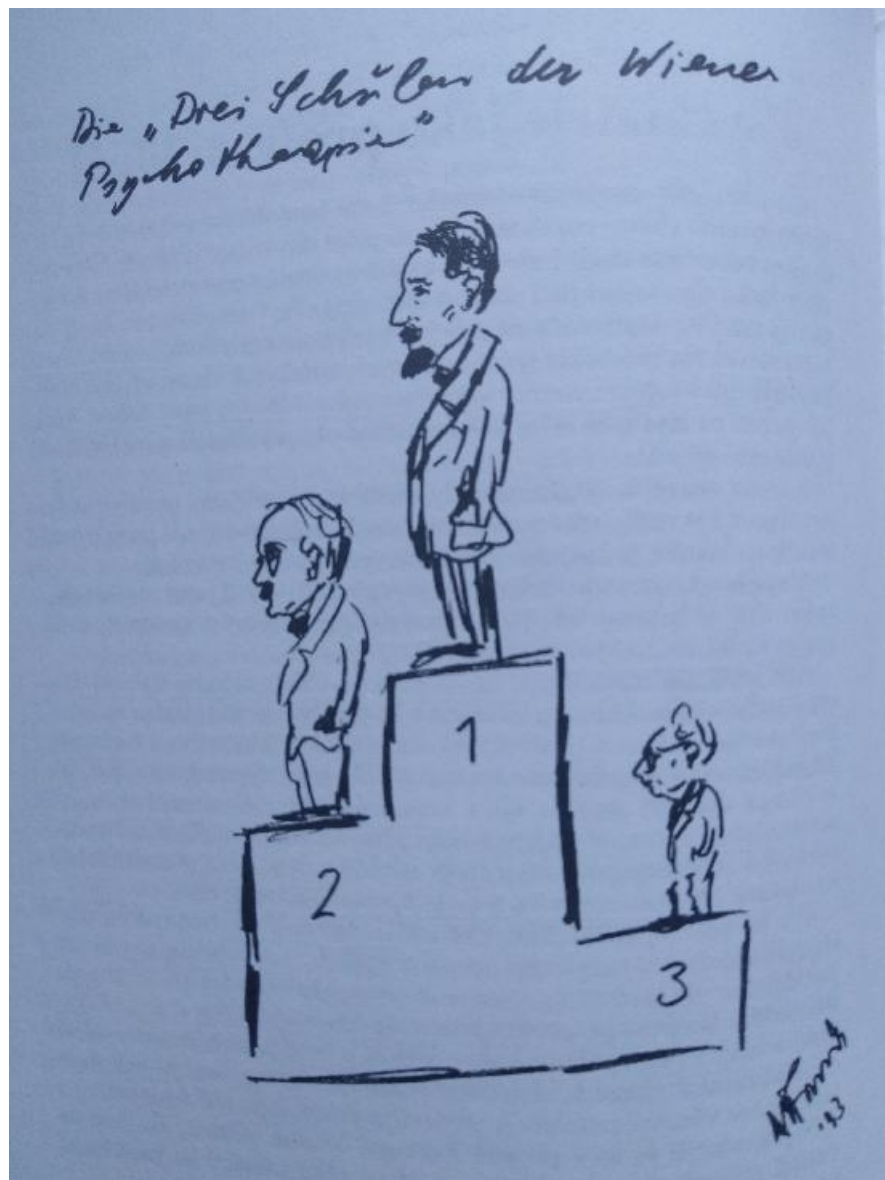
Všechny výše uvedené podrobnosti, údaje a data nemají za cíl nic jiného, nežli dostatečně plasticky přiblížit osobnost a osudovou bohatost Viktora Emanuela Frankla a tím usnadnit pochopení a okolnosti vzniku a vývoje jeho učení in persona.

Frankl a logoterapie jedno jsou, fascinující unita vymyšleného a prožitého, která tak získala osvědčení pro další zobecnění a vystavuje certifikaci ujištění, že opravdu každá životní situace nám nabízí smysl, pokud jej chceme (umíme, či je nám pomoheno) jej nalézt.

Logoterapie je jedním z psychoterapeutických směrů, občas je označována za tzv. „*třetí vídeňskou školu psychoterapie*“ (viz níže vlastní karikatura Viktora Frankla, na které je nakreslen na stupínku č.3 a společně se Sigmundem Freudem – ten stojí nahoře - a Alfredem Adlerem), vedle psychoanalýzy Sigmunda Freuda a jejího ústředního tématu, jímž je *touha, vůle po slasti, lust princip* a rovněž v kontrastu s *vůlí po moci* tvůrce individuální psychologie Alfreda Adlera (paradoxně k názvu Adler zdůrazňoval význam sociálních vztahů) přichází Viktor E. Frankl s *vůlí po smyslu* našeho života, jeho existence, jako základní lidskou potřebou. Zde je však zapotřebí podotknout, že A. Adler se otázkou smyslu, resp. motivu rovněž zabýval a to dříve, než V.E. Frankl.

Viktor Frankl se také střetával s významnými filozofy, velmi vyzdvihoval setkání a diskuse s Martinem Heideggerem, oceňoval jeho shovívavost ke svému snažení a nedostatkům. Viktor Frankl byl rovněž hrdý na kontakt s Karlem Jaspersem, Gabriel Marcel pak napsal předmluvu k francouzskému vydání knihy Viktora Frankla o koncentračním táboře „*A přesto říci životu ano*“.

¹⁰FRANKL, V. E.: *A přesto říci životu ano*. 3. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006, s. 8.



(Převzato z autobiografie V. E. Frankla „Co v mých knihách není“)

Přesto, že Viktor Frankl vycházel z psychoanalýzy a individuální psychologie, vytvořil samostatný přístup, koncepci, jako doplnění těchto psychoterapií právě o téma smyslu života. Dá se konstatovat, že ač si celoživotně a velice zásadně Sigmunda Freuda vážil, nesouhlasil rozhodně s úvahou, kterou S. Freud rozpracovával, tedy, že ***jakmile se člověk začne zabývat smyslem života, znamená to, že je nemocen.***

Počátky logoterapie existenciální analýzy se datují do dvacátých třicátých let minulého století. V názvu logoterapie se odráží náplň jednoho z významů slova ***logos, λόγος***, filosofického a teologického

pojmu původem z řečtiny, znamenající jednak „slovo“, nebo „řeč“, „rozum“, ale zejména „*smysl*“.

Poprvé Frankl hovořil o logoterapii již v roce 1926 na přednášce významného Akademického spolku lékařské psychiatrie ve Vídni (členem poradního sboru spolku byl i Sigmund Freud).¹¹

Občas se také pro logoterapii užívá pojmenování „výšinná psychoterapie, či terapie výšin“ v kontrastu s hlubinnou terapií psychoanalytickou. Frankl v této souvislosti hovořival o „*psychologii výšek*“. Zde je snad na místě i připomenutí, že Viktor Frankl byl do svých osmdesáti aktivním horolezcem. Sportu a vnímání přírody vůbec přikládal velký terapeutický význam. (*Viz dále fotografie Viktora Frankla ze zdolávání skalního masivu v Yosemitech*).

V knize „*Prožitek hor a zkušenost smyslu*“ Frankl o tom hovoří takto: „*Co mě přivedlo k lezení? Otevřeně řečeno, strach z něj. Ale jak se často ptám svých pacientů, když se na mě obracejí se svými neurotickými obavami: Copak si člověk musí nechat vše líbit i od sebe sama? Nemůže se stát silnějším, než je jeho vlastní strach? A takto jsem se ptal i sebe sama, když jsem se před lezením bál: Kdo je silnější – já, nebo ten zbabělec ve mně? Vždyť mu můžu vzdorovat.*

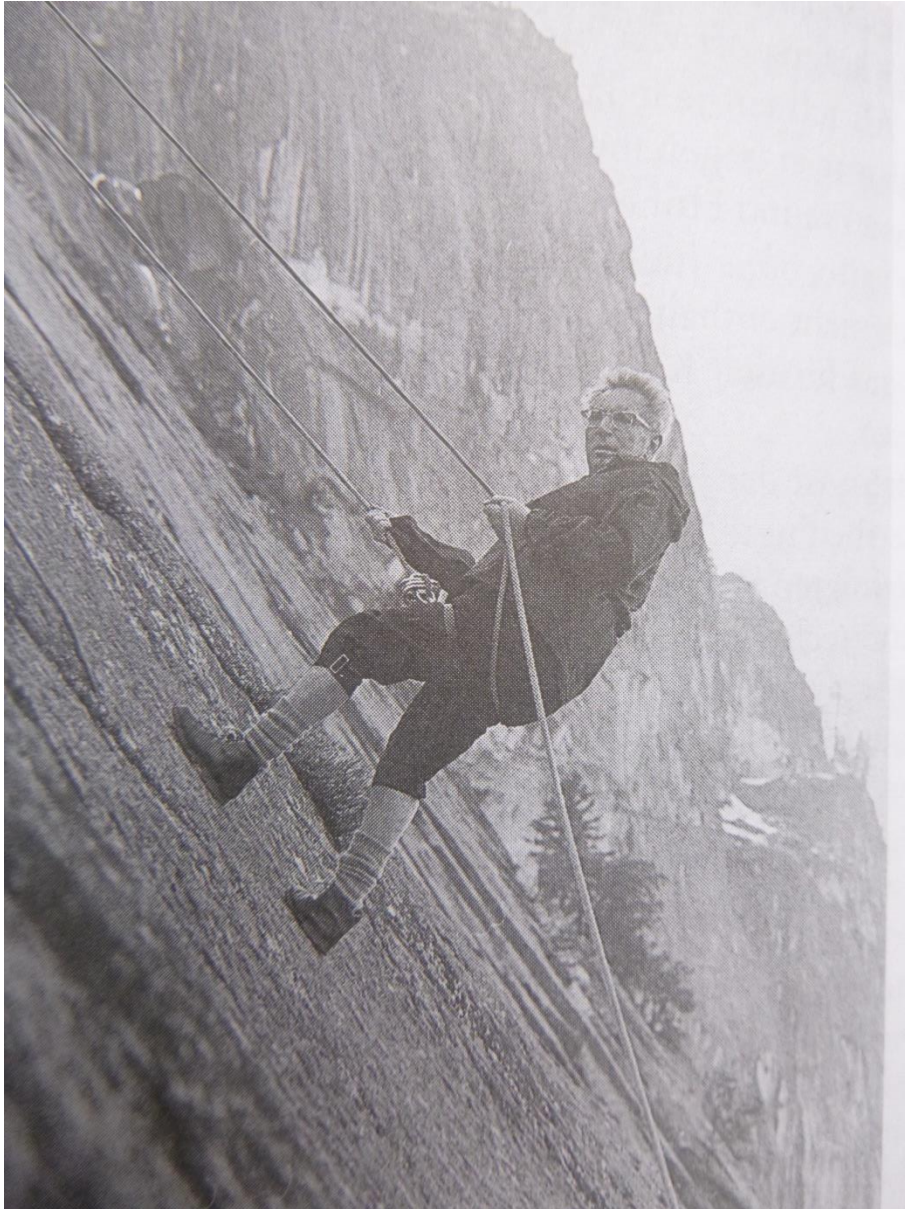
V člověku je přece něco, co jsem pojmenoval síla vzdorujícího ducha, oponujícího slabostem a obavám duše.“¹²

Logoterapie je řazena mezi tzv. humanistické psychoterapie a zároveň vychází z pozic existencialismu.

Logoterapie je zaměřena primárně na *duchovní stránku* člověka, lidské existence, která se v životě projevuje svobodou volby a zároveň (z)odpovědností za zvolené hodnoty, jejich smyslné či bezsmyslné prožívání.

¹¹FRANKL, V. E.: *Co v mých knihách není. Autobiografie*. 1.vyd. Brno: Cesta, 1997, s. 49.

¹²FRANKL, V. E.: *Prožitek hor a zkušenost smyslu*. 1.vyd. Brno: Cesta, 2014, s. 11.



(Převzato z knihy V. E. Frankla „Was nicht in meinen Bücher steht“)

Nalezení smyslu života, jeho přijetí a definování Viktor E. Frankl pokládal za velice důležitou hybnou sílu v životě jedince. Není-li touha po smyslu naplněna, dochází k frustracím, **existenciálnímu vakuu**. Tato vnitřní prázdnota (*taedium vitae*, *horror vacui* – únava, rozmrzelost životem, strach z prázdna, porucha základního životního pocitu smyslu) může poté vést ke stavům deprese, noogenním neurózám, v krajním případě k suicidu.

Hlavní nosnou tezí, ideou logoterapie je tedy zdá se Franklovo uchopení a rozpracovávání náhledu Friedricha Nietzscheho, který se dá vyjádřit větou „*kdo má proč žít, unese téměř každé jak*“¹³. Přesněji, jak uvádí F. Nietzsche ve svých *průpovědích a šípech*:

„Má-li kdo *své proč?* života, shodne se téměř s každým *jak?*“¹⁴ Přitom je Frankova teorie vlastně vice versa *Nietzscheova nihilismu*, který popírá, že by život měl vůbec nějaký smysl. Rozhodným momentem distance od reality a nebezpečí nihilismu byla zřejmě situace, kdy Frankův spolužák ze střední školy spáchal sebevraždu vedle jeho těla byla nalezena Nietzscheho kniha. To jen dokazuje, jak rozdílné uchopení stejné myšlenky lze nalézat.

Základní téma, které v logoterapii variuje, je tedy vyjádřeno v předmluvě z roku 1972 ke své knize „*Vůle ke smyslu*“, kde Viktor Emanuel Frankl píše: „*Člověk je bytost hledající smysl, logos, a poskytnout člověku pomoc v jeho hledání smyslu je jeden z úkolů psychoterapie – je to právě úkol logoterapie.*“¹⁵

Pojem *smysl* je tedy od logoterapie neoddělitelný a opírá se o něj celá teorie, co však pro nás v reálné každodennosti znamená. S trochou nadsázky lze říct, že všichni o něm mluví, málokdo však ví, co to je. V lidovém pojetí, náhledech, moudrosti se dá otázka po smyslu opsat jako tázání se typu: „*Má to cenu, abych se kvůli tomu namáhal, něčeho se zdržel, něco obětoval? Proč to dělám - děláš? K čemu to je – bylo dobré?*“ V určitých psychologických náhledech se spekulovalo o tom, že to, v co lidé věří, je klam, a byla snaha tyto klamy odstranit. Lidé však tuší, věří a dokážou se vyrovnat. Důkazem toho jsou právě přísloví, lidová moudra, předávané zkušenosti. S vědomím, že rady a zkušenosti nejsou obecně platné a nemusí být vždy dobré a využitelné.

¹³ NIETZSCHE, F. : *Tak pravil Friedrich Nietzsche*. 1.vyd.: Československý spisovatel, s.r.o., 2009, s. 10.

¹⁴ Viz tamtéž

¹⁵ FRANKL, V.E.: *Vůle ke smyslu*. Brno: Cesta 2006, s. 5.

Mnohdy se dá vysledovat příčinná souvislost v tom, že se lidé slovu *smysl* urputně brání, o to častěji poté však užívají protikladů jako *vyhoření* či *vyprázdnění*.

Nelze zde rovněž v žádném případě opomenout teorii Abrahama Maslowa¹⁶, který velmi důrazně hovoří o tom, že hledání smyslu, smysluplnosti života, tato potřeba, je bazálním motivem lidského chování. Což však rovněž ve svém důsledku znamená, že jako ostatní potřeby může i tato být buď naplněna, uspokojena, nebo naopak frustrována. Frankl však rovněž s Maslowem polemizuje, když tvrdí, že přesto, že žijeme nyní ve společnosti blahobytu, „*affluent society*“, která zdánlivě nenechala bez uspokojení ani jedinou potřebu, kterým Maslow říká *základní potřeby* a přesto vzniká existenciální vakuum, protože není naplněna *vůle ke smyslu*.

Viktor E. Frankl se v logoterapii rovněž stavěl proti nadměrnému *determinismu* v psychologii. Připouštěl, že aspekty jako dědičnost, výchova v dětství, prostředí, nabyté zkušenosti etc. mají na osobnost jedince významný vliv. Bránil se však tomu, že tento vliv je výlučný a podotýkal, že v každé, i extrémní situaci zůstává v člověku prostor, možnost svobody rozhodnutí. Nikdy tak nejsme vydáni osudu napospas, přes veškerá omezení, které přinášejí okolnosti, vždy nám zůstává *volba*.

Logoterapie a Franklův přístup k člověku *není tedy ani direktivní, ani nedirektivní, je spíše apelativní*, s důrazem na lidskou svobodu, se snahou o provokaci a výzvu, apel k nalezení smyslu toho, co se s námi, nám právě děje.

Viktor Frankl tedy pojímal logoterapii jako psychoterapeutický přístup s orientací na smysl, který vychází z duchovního rozměru člověka. Zde je zároveň zřetelný jednak protiklad vůči psychoanalýze, současně však oba tyto směry vědomě doplňuje. Je známo vyjádření

¹⁶Srovnej: PLHÁKOVÁ, A.: *Dějiny psychologie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2006, s. 220 – 221.

Viktora Frankla k rozdílu mezi psychoanalýzou a logoterapií v tom duchu, že při psychoanalýze klient leží a **říká** nepříjemné věci, kdežto u logoterapie sedí a **vyslechne** nepříjemné věci.¹⁷

Frankl se zásadně vymezoval vůči **redukcionistickým tendencím** v psychoterapii, **nihilismu** a snažil se logoterapii nabídnout jako rozšíření o specificky lidský, duchovní rozměr, dimenzi, příspěvek **k rehumanizaci psychoterapie**.¹⁸

Smysl života neexistuje v abstraktní formě, mění se od člověka k člověku, ze dne na den. Podle logoterapie jej lze dosáhnout třemi způsoby, možnostmi naplnění - jsou to hodnoty **zážitkové, tvůrčí a postojové**.

Lze je uskutečnit prováděním zakoušením, zážitkem z nějaké hodnoty (přírody, kultury, lásky) vykonáním nějakého činu – nezáleží na to, co děláme, ale jestli to činíme s oddaností, zda se vydáváme. Postojové hodnoty pak často souvisí s utrpením. Smysl utrpení, který přesahuje intelektuální schopnosti člověka (Viktor Frankl nazývá suprasmyslem).¹⁹

Jen pozastavení u hodnot zážitkových a tvůrčích. V Caminu je velký důraz kladen na objevování, upevňování či vytváření právě těchto hodnot. Týká se to těch činností, které v nás probouzejí kladné, pozitivní emoce, proto se aktivity Camina často soustředí na hledání nenápadné krásy ve všech oblastech našeho bytí. Procházky přírodou, výlety, společné pobyty, fotografování, kreslení a malování, literatura, vzájemné obohacování se myšlenkou při tematických setkáních, výroba krásných a užitečných věcí, dárků, šití, společné vaření a stolování, hudba i zpěv.

¹⁷ Zpracováno dle: BALCAR, K.: *Materiály ze seminářů LEA*, PVŠPS Praha, 2007-2015

¹⁸ FRANKL, V. E.: *Vůle ke smyslu*. Vyd. 2006, Brno: Cesta, 2006.

¹⁹ Zpracováno dle: BALCAR, K.: *Materiály ze seminářů LEA*, PVŠPS Praha, 2007-2015

Lze dokladovat, že jsme se v Caminu stali vyznavači, hledači krásy, běžných radostí a drobných potěšení ve vzájemném sdílení a obohacování se. Tento postoj je pevnou součástí milieu Camina.

Podstatu lidské existence vidí logoterapie v jednoznačné, určené a nedělitelné odpovědnosti, svobodě v rozhodování každého jedince, každého člověka za vlastní život. Je-li vůle člověka ke smyslu zmařena, může být kompenzována vůlí k moci, k penězům nebo k libosti. Jindy vzniká existenční frustrace, která může vyústit v noogenní neurózu. *Noogenní neurózy* mají původ v *noos* (mysl, duch), nikoli v psýché jako ostatní (psychogenní) neurózy. Noogenní neurózy pramení v konfliktech mezi jednotlivými hodnotami, v morálních konfliktech (duchovních problémech). Člověk k životu potřebuje *noodynamiku* - napětí mezi smyslem jeho života a jeho úsilím o toto naplnění. Frankl hovořoval o tom, že gotické klenby sakrálních staveb jsou pod neustálým tlakem, zátěží a proto si tak dlouho uchovávají svou pevnost. Tedy je zde rozpor oproti v dnešní době tak žádaném stavu jakési ***duševní homeostázy***.

Nevidí-li člověk smysl, pro který stojí za to žít, je naplněn existenčním vakuem, hovoří se zde o kolektivní neuróze jako o nemoci dvacátého století, která se projevuje především stavem nudy.

Logoterapie užívá jako jednu z metod úlevy, odstranění problému *techniku paradoxní intence*. *Vychází z teorie hyperreflexe (přehnaná pozornost, např. strach navodí to, čeho se obáváme) a hyperintence (přehnané usilování, znemožňuje to, co si přejeme)*. Paradoxní intence záleží ve zvratu pacientova postoje, v nahrazení jeho strachu paradoxním přáním; např. student před závažnou zkouškou je vyzván, aby si alespoň na chvíli přál to, čeho se nejvíce obává.

Závěrem

V. E. Frankl se vždy a cele zasazoval o doplnění, rozšíření v pojetí logoterapie a existenciální analýzy o specificky duchovní, spirituální dimenzi, o rozměr, který teprve činí člověka člověkem.

Tím se naplňuje pojetí člověka jako entity. Jedinec je tedy unitární ve smyslu pojetí člověka jako individuální, nedělitelné bytosti, jakéhosi absolutního unikátu.

Jako toto novum je každý jedinec komplexem, jednotou, bio-psycho-spirituálně-sociální osobností, tedy *in-dividuum* ve smyslu nedělitelnosti, *unus totus homo* – celý člověk.

V důvěře ve staletými ověřené krédo, apel - *esto brevis et placebis - buď stručný a zalíbíš se* - bude následující část příspěvku věnována některým zásadním myšlenkám a úvahám Viktora Frankla, jeho žáků a pokračovatelů:

Elisabeth S. Lukasová (nar. 1942, Vídeň)

Rakouská psychoterapeutka a klinická psycholožka. Je považována i Franklem za jeho nejvěrnější a nejpřesnější následovnici. Vystudovala psychologii na Vídeňské univerzitě. Během studií se osobně seznámila s Viktorem Franklem, se kterým zůstala v kontaktu až do jeho smrti. V roce 2001 obdržela cenu Viktora Frankla. Pro vystižení zásluh E.Lukasové na současném vývoji a postavení logoterapie předkládám část předmluvy profesora Kazimierza Popielskiego, rovněž jedné z významných postav v transformaci Frankova díla (bude zmíněn dále samostatně) ke knize E. Lukasové „*I tvoje utrpení má smysl*“. „Paní dr. E. Lukasová na podkladě své velké klinické zkušenosti významně obohatila teoretické koncepce prof. Frankla, tedy jeho logoteorii. Zásadním posunem v rozpracování logoterapie a hlavního nosného pojmu smysl je to, že E. Lukasová k původním dvěma Franklovým definicím, tedy nadsmyslu (který však náleží do

oblasti teologie, víry, filosofie), smyslu v životě v základní logoterapeutickém pojetí přidala problematiku smyslu okamžiku, v přítomné, aktuální situaci pro člověka“.

Je autorkou i u nás využívaného LOGO – Testu, přeloženého docentem Karlem Balcarem.

Alfried Längle (nar. 1951) v rakouském Hohenems.



Miroslav Kadlubiec a Alfried Längle v Praze - SLEA, 2023.

Vystudoval medicínu a psychologii na univerzitě v Innsbrucku, dále studoval na univerzitách v Římě, Toulouse a Vídni. V letech 1976 až 1983 absolvoval výcvik u Viktora E. Frankla. V roce 1983 spoluzakládá výcvikové skupiny v logoterapii a existenciální analýze. V letech 1984 až 1986 je Franklovým přednáškovým asistentem, poté v roce 1985 zakládá společnost "Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse" pod zkratkou GLE, jejímž předsedou je dodnes.

V České republice je v činnosti pobočka v Praze, známá pod zkratkou SLEA (Společnost pro logoterapii a existenciální analýzu). V roce 1991 končí jeho velmi těsná spolupráce s Franklem, a to na základě Länglova rozpracování logoterapie – příklon k existenciální analýze jako samostatně fungující terapii, které Viktor Frankl považoval za odklon od logoterapie a neschválil tento přístup.

A. Längle rozpracoval metodu PEA (Osobní existenciální analýzu), jako svůj terapeutický přístup. Tuto metodu přeložil a uvádí do praxe i u nás docent Karel Balcar. Je rovněž autorem dotazníku Existenciální škála, který byl přeložen do češtiny rovněž docentem Karlem Balcarem a využívá se jako podklad pro terapeutickou práci.

Vše je nyní doplněno úryvky, citacemi z knih profesorů Vladimíra Smékala a Jara Křivohlavého, kteří u nás dílo Viktora E. Frankla uvedli a propagují, komentují a mají velkou zásluhu na jeho uvedení do povědomí a rovněž praktického využití.

Velký prostor je zde také samozřejmě vyhrazen docentu Karlu Balcarovi, zde uvedené myšlenky, názory, komentáře byly autorem sdíleny a zapsány na seminářích Logoterapie a Existenciální analýzy z let 2007 – 2015, které docent Balcar vede na Pražské vysoké škole psychosociálních studií.

Záměr tohoto snažení je jediný – nabídnout k promyšlení, uvážení, zamyšlení a případnému dalšímu hlubšímu studiu a využití rozmanité názory, Franklovu odbornou, specifickou terminologii, napomoci vyhledat filosofické – avšak ryze osobní, naše individuální zdroje k možnosti nalézání, upevnění, znovu obnovení *logos (λόγος)* - smyslu života. Nemusí se jednat vždy o dosažení stavu *metanoia*, tedy radikální změnu osobnosti k zacílení života, mnohdy je dostatečné dosáhnout za pomoci logoterapeutických náhledů, úvaha a metod tzv. „kopernikánského obratu v myšlení, postoji“.

Jeden z nástrojů, který k takovému posunu může přispět je užíván i v Caminu, zdánlivě nenápadný „*Sokratovský rozhovor*“, kdy snahou takového dialogu je nabídnout tomu, kdo to právě potřebuje, aby si sám našel vlastní, novou, úlevnou myšlenku, pohled na sebe, svoji existenci, *raison d'être* - smysl svého bytí.

Miscellanea

- Podle docenta Karla Balcara V. E. Frankl tvrdíval, že prožívat a vykonávat logoterapii znamená *nabídnout část sebe sama, aby se díl toho druhého probudil k životu*. Je to nabuzení noetické síly k člověku. Základem logoterapie a fakticky každé psychoterapie je opravdový, autentický vztah. Je to vlastně životní styl.
- Zdůrazňované doporučení docenta Karla Balcara je, že zásadním momentem logoterapie je *apel, důraz na položení metod a technik logoterapie a existenciální analýzy do ryze praktické, využitelné roviny*. Tuto potřebu praktičnosti ve prospěch klienta Karel Balcar opisuje takto, když nabízí svůj terapeutický přístup: *„Je dobré být poučený eklektik, jako švec vybrat nástroj a šít, tedy - intervenovat“*. Dále pak často zmiňuje maximu, která zní takto: *„ Za každou terapií je vždy filosofie“*. Nejedná se však o jakýsi abstrakt, nýbrž v praktickém pojetí opravdu o onu „lásku k moudrosti“, jak zní překlad slova filosofie.
- Jednotlivé metody a techniky tedy nejsou žádnými dogmaty, jak říká docent Karel Balcar: *„Nedbejte na naučené, nepreferujte žádnou školu či směr, teorii a snažte se vždy o vcítění do člověka, do situace a o upřímnost. Pokud se povede klientovi ulevit, naznačit cestu, jít kousek společně, doprovázet, je to*

dostatečné. Je pokaždé dobré si uvědomit, že působíme buď psychoterapeuticky nebo psychotraumaticky.“

- Docent Karel Balcar definoval, opsal, vyznačil smysl života také i podle názvu knihy Jara Křivohlavého „*Mít pro co žít*“, kterou profesor Jaro Křivohlavý v úvodu knihy věnuje „*v úctě památce Viktora E. Frankla a všem těm, kteří touží žít plnějším, hlubším a smysluplnějším životem a kterým se zdá, že to zatím není „ono“*“.²⁰
- To zřejmě nejzávažnější, nejpodstatnější, co Viktor E. Frankl nabídl k našemu uchopení je myšlenka, v níž tvrdil: „*Život má smysl, více, než to. Ponechává si smysl za všech podmínek a okolností, a to díky možnosti najít smysl i v utrpení, přetvořit utrpení v lidské rovině k výkonu – jedním slovem vydat svědectví o něčem, čeho je člověk schopen i při ztroskotání.*“
- Dokladuje to i fakt, že v úvodu své knihy nazvané „*A přesto říci životu ano*“ (ze svých vzpomínek na internaci v koncentračních táborech) Frankl hned v úvodu cituje krédo Johanna Wolfganga Goetheho: „*Neexistuje žádná situace, kterou by nebylo možné zušlechtit – buď uskutečněným výkonem, anebo trpělivým snášením.*“
- Profesor Vladimír Smékal zmiňuje Franklovo pojednání „*Kauza tragický optimismus*“. „*Stručně řečeno, znamená to, že člověk je a zůstává optimistou navzdory „Tragické triádě“, jak se o ní hovoří v logoterapii, triádě tkvící v těch aspektech lidské existence, které je možné popsat jako utrpení, vina a smrt.*“ Celým svým dílem hledá Frankl odpověď na otázku, zda a jak je možno říci životu ano navzdory tomuto údělu.²¹

²⁰ KŘIVOHLAVÝ, J.: *Mít pro co žít*. 2.vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010.

²¹ SMÉKAL, V.: *Víš, jak žít?* Brno: Cesta, 2006., s. 36

- Alfried Längle, jeden z Franklových přímých žáků, tvrdí: „*Na tržišti života je pro každého pestrá nabídka smysluplných činností.*“
- Elisabeth Lukasová, pokračovatelka ve Franklově odkazu říká: „*Štěstí není ani tak, když někdo říká: daří se mi dobře, jako spíše to, když může říci: jsem zde k něčemu, co stojí za to.*“

Tyto myšlenky a názory na podstatné hodnoty v životě se (dle mínění autora) již staly nedílnou součástí filosofického a etického milieu Camina a v každodennosti nám všem, bez ohledu na to, čím jsme v Caminu oficiálně pověřeni, z jakých osobních důvodů a v jakém rozsahu se na dění Camina podílíme, účastníme. Frankl často zdůrazňoval, že člověk je sice do značné míry závislý na svých vlohách a také na prostředí (*milieu*) a jen v rámci tohoto „hracího prostoru“ se může pohybovat svobodně, přesto vždy vůči dědičnosti a prostředí lze vzdorovat. *Smysl je nutné najít, ale nedá se vytvořit.*

Dosti často nám mnohé Franklovy myšlenky pomáhají při nejistotě v rozhodování, mnohdy nabídnou vnitřní jistotu k tomu, jak se zachovat, usnadňují schopnost zbystrit pozornost a vnímavost při naslouchání hlasu svědomí, umožňují uznat, co je právě třeba učinit, či jaký postoj zaujmout.

Mějme však také na paměti (na první pohled tvrdá, nekompromisní, o to však pravdivější) slova docenta Karla Balcara, která mi před léty utkvěla jako jakési „záchranné lano“ pro ty, kteří s plným nasazením, snahou pracují v pomáhajících profesích, vykonávají psychosociální práci: „***Přátelé, nelze však pomoci vždy a každému, s tím je zapotřebí se smířit. Je však zapotřebí činit, zodpovědně podat výkon***“.²²

Pokud snad některá ze zde uvedených myšlenek, úvah, skutečností, metod atd. nabídne komukoli dalšímu jiný, posuvný a úlevný náhled, či umožní zaujmout odpovídající postoj k prožívanému či sdílenému problému, příspěvek naplnil svůj smysl.



Docent Karel Balcar a doktor Miroslav Kadlubiec, Camino Vsetín 2023

¹ Zpracováno dle: BALCAR, K.: *Materiály ze seminářů LEA*, PVŠPS Praha, 2007-2015



Doc. PhDr. Karel Balcar, CSc.

Je významný psycholog, který nyní působí jako výzkumník a učitel v Pražské vysoké škole psychosociálních studií, kde se věnuje oborům a specializacím oblastí psychologie osobnosti, psychoterapie a rodinné terapie, psychofyziologie a rovněž také působí v oblasti psychosomatiky, psychologické metodologie.

Psychoterapeuticky nyní pracuje především s dětmi školního věku, několik let se věnoval psychologické práci s pacienty v ambulanci bolesti.

Je autorem či spoluautorem monografií a výzkumných studií a podílí se na vysokoškolském a postgraduálním vzdělávání v uvedených oborech svého zaměření. Vede výcvikové akce ve vybraných psychoterapeutických metodách a v praktických postupech zvládnutí stresu, řešení osobních problémů a interpersonálních konfliktů.

Velmi významná je jeho překladatelská činnost, překládá odborné texty z angličtiny, němčiny, ruštiny a francouzštiny. Z mnoha titulů uvádím ve vztahu k logoterapii a existenciální analýze překlad knihy Viktora Emila Frankla „*Teorie a terapie neuróz*“, či tituly Alfreda Längleho „*Smysluplně žít*“ a „*Osobní existenciální analýza*“.

Přeložil a uvedl do praxe rovněž diagnostické metody Franklových žáků a pokračovatelů:

- LOGO – TEST Elisabeth S. Lukasové
- ESK – existenciální škálu Alfreda Längleho.

Pro psychosociální rehabilitaci Camino Vsetín je významné, že již po několikáté v rámci *Dnů duševního zdraví* vede semináře pro zájemce z řad laické i odborné veřejnosti.

Literatura:

- BALCAR, K.: *Úvod do studia psychologie osobnosti*. Praha: SPN, vydání 1., 1983. 231 s. 14-343-83
- FRANKL, V. E.: *A přesto říci životu ano*. 3. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2006. 175 s. ISBN 80-7192-866-6.
- FRANKL, V. E.: *Co v mých knihách není. Autobiografie*. 1.vyd. Brno: Cesta, 1997. 117s. ISBN 80-85319-66-7.
- FRANKL, V. E.: *Lékařská péče o duši*. Brno: Cesta, 2006. 237 s. ISBN 80-7295-085-1.
- FRANKL, V. E.: *Psychoterapie a náboženství. Hledání nejvyššího smyslu*. Brno: Cesta, 2007. 87s. ISBN 80-7295-088-6.
- FRANKL, V. E.: *Psychoterapie pro laiky*. Brno: Cesta, 1998. 158 s. ISBN 80-85319-80-2.
- FRANKL, V. E.: *Teorie a terapie neuróz. Úvod do logoterapie a existenciální analýzy*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, 1999. 172 s. ISBN 80-7169-779-6.
- FRANKL, V. E.: *Vůle ke smyslu*. Brno: Cesta, 2006. 213 s. ISBN 80-7295-084-3.
- FRANKL, V. E.: *Prožitek hor a zkušenost smyslu*. 1.vyd. Brno: Cesta, 2014. 39 s. ISBN 978-80-7295-185-7
- LÄNGLE, A.: *Smysluplně žít*. Brno: Cesta, 2002. 79 s. ISBN 80-7295-037-1.
- LÄNGLE, A.: *Existenciální analýza – Existenciální přístupy v psychoterapii*. 1. Vyd. Praha: SLEA, 2023. 375 s. ISBN 978-80-906415-2-5.
- LUKASOVÁ, E.: *I tvoje utrpení má smysl. Logoterapeutická útěcha v praxi*. Brno: Cesta, 2006. 191s. ISBN: 80-85319-79-9
- KŘIVOHLAVÝ, J.: *Mít pro co žít*. 2.vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010. 134 s. ISBN 978-80-7195-404-0.
- SMÉKAL, V.: *Víš, jak žít?* Brno: Cesta, 2006. 60s. ISBN 80-7295-089-4.

PhDr. Mgr. Miroslav Kadlubiec, Dr. h. c. Phil.

Narozen v roce 1956.



Absolvoval jsem obory Sociálna práca na katedre spoločenských vied VŠMP ISM Slovakia v Prešove, Sociální práce a Andragogika na Filosofické fakultě, katedře sociologie, andragogiky a kulturní

antropologie Univerzity Palackého v Olomouci, komunikaci na VŠMVV v Praze. Absolvoval jsem pracovní a studijní pobyty v Nizozemí v organizacích GGzE De Boei v Eindhoven, a GGz Noord Holland Noord v Alkmaar, Den Helder, Utrechtu. Profesionálně se věnuji práci s klienty v centru psychosociální rehabilitace Camino Vsetín, kde jako základní instrument využívám poznatky Logoterapie a Existenciální analýzy Viktora Emila Frankla. Pracuji vlastní formou **Existenciální konciliace**. Příležitostně publikuji a přednáším témata transdisciplinárního, celostního přístupu ke klientům na vysokých školách a organizacích zaměřených na péči o duševní zdraví.

Jsem lektor MPSV s vlastním akreditovaným výukovým programem: **Možnosti využití logoterapie a existenciální analýzy v sociální práci I.- II.** Jsem držitel ocenění MPSV ČR **Gratias** za přínos oboru sociální práce.

www.iqle.cz www.kadlubiec.cz

+420 603 724 077

miro.kadlubiec@seznam.cz

miroslav@kadlubiec.cz