

THEOLOGIA PRACTICA

Sikó Csaba*

Kolozs

Viktor E. Frankl munkásságának pasztorálpszichológiai jelentősége

The Pastoral-Psychological Importance of V. E. Frankl's Work.

Abstract

The neurologist, psychiatrist and philosopher, Viktor E. Frankl is considered the founder of the third psychotherapeutic movement of Wien, the existential analysis and logotherapy. He formulated his views in an era in which the widespread anthropological view, determined by the instinct and interweaved by metapsychological presuppositions of Freudian psychoanalysis, Adlerian individual psychology and Jungian analytic psychology, proved to be insufficient to explain and interpret certain processes and manifestations of human life. The anthropology of the above mentioned trends lacked the transcendental dimension. Amidst the dominant mechanistic psychological constructions of his time, Frankl succeeds in reclaiming the validity of a spiritual existence in humans. As a result, his psychological interpretation and spiritual counselling open new dimensions in the area of psychotherapy.

Keywords: existential analysis, logotherapy, transcendental dimension, spiritual existence, psychotherapy, conscience.

Viktor E. Frankl orvosprofesszor, pszichológus és filozófus a harmadik bécsi pszichoterápiás irányzat, az egzisztencia-analízis és a logoterápia megalapítója. Abban a korban fogalmazta meg nézeteit, amikor a freudí pszichoanalízis, az adleri individuálpaszichológia és a jungi analitikus pszichológia ösztönöktől meghatározott és metapszichológiai előfeltevésekkel átszőtt emberképe elégtelennek bizonyult az emberi lét egyes folyamatainak, illetve megnyilvánulásainak megértéséhez, magyarázásához. E pszichológiai irányzatok emberképe mechanisztikus volt, hiányzott belőle a transzcendens dimenzió. Frankl ennek az ember legmélyén levő transzcendens szellemi egzisztenciának

* Sikó Csaba (Marosvásárhely, 1970) református lelkipásztor a Kolozsvári Protestáns Teológiai Intézetben végezte teológiai tanulmányait. Magiszteri fokozatot a Babeş–Bolyai Tudományegyetem Református Tanárképző Karán szerzett pasztorálpszichológiából, majd a budapesti Károli Gáspár Református Egyetem Bölcsészettudományi Karának keretében nyert mentálhigiénés szakképesítést. Jelenleg a Babeş–Bolyai Tudományegyetem Református Tanárképző Karának doktorandusza. Doktori tézisének témája: *A témacentrikus interakció alkalmazási lehetőségei a gyülekezeti csoportmunkában.*

tulajdonította a legnagyobb szerepet emberi mivoltunk megélésében, és rámutatott arra, hogy szoros összefüggés áll fenn az ember belső értelem-orientáltsága és lelki egészsége között.¹ Ezzel a korabeli pszichológia egyáltalán nem foglalkozott, így Frankl irányzata új távlatokat nyitott meg a pszichológia számára: visszaemelte az ösztönlényi szintre lefokozott embert a transzcendens összefüggéseibe.

A harmadik bécsi pszichoterápiás iskola létrehozója már diákként szembesült az élet értelmének problematikájával, hiszen serdülőkorában maga is egzisztenciális küzdelmet vívott kora nihilizmusával. Tizenhat évesen előadást tartott a népfőiskolán *Az élet értelme* címmel. Már ekkor megfogalmazta későbbi logoterápiás tanainak két alappilléret:

„Nem nekünk kell az élet értelmével kapcsolatban kérdéseket feltennünk, hanem maga az élet teszi fel nekünk a maga kérdéseit, amelyeket nekünk felelősségteljesen kell megválaszolnunk. A végső értelem túlmegy a mi felfogóképességünkön, mint egy 'értelemfeletti', amiben csak hinni lehet.”²

Orvostudományt és pszichiátriát tanult. Diákként kapcsolatba került Freuddal, egy ideig levelezett vele, majd orvostanhallgatóként Adler tanítványi köréhez csatlakozott. Pár éven belül azonban egyértelművé vált számára, hogy nézetei eltérnek az individuálpszichológia irányától, ezért kizárták az *Individuálpszichológia Egyesületéből*. Jó hatással voltak viszont rá az értelem pszichológia és a pszichoszomatikus orvoslás tanai.

1928-ban egy tanácsadó intézetet alapított a fiatalok lelki megsegítésére. Ennek vezetőjeként szembesült azzal, hogy a korabeli fiataloknak mennyire nincs életcéljuk, és mennyire az értelmetlenség érzésével élnek. Ezt később általánosan is megfogalmazta az emberiségre vonatkozóan:

„Világszerte szenvednek az emberek, főleg az ifjak egy értelmetlenség-érzéstől [...] nincs életcéljuk, amiért éljenek, amiért tovább éljenek.”³

Célokra, ideálokra való irányultság nélkül azonban az ember, az emberiség nem tud megmaradni. Ennek nyomán fogalmazódik meg benne, hogy a terapeuta feladata, hogy felhívja a figyelmet a lét értelmének lehetséges távlataira. Fiatalok számára indított programjának eredményeképpen 1930-ban egyetlen bécsi fiatal sem kísérelt meg öngyilkosságot.⁴

A következő években Frankl *Orvosi lélegzõgondozás* cím alatt vetette papírra a lét értelmének távlataira összpontosító terápiája alapgondolatait (*egzisztencia-analízis és logoterápia*). Ezek a jegyzetei azonban elvesztek a koncentrációs lágerbe való

¹ Ld. Viktor E. Frankl: <http://www.logoterapia.ro/viktor-frankl/> (az utolsó megtekintés dátuma: 2011. április 26.).

² Kreitmer, Christoph: *Sinnvolle Seelsorge*. EOS Verlag, Erzbtei St. Ottilien 1995, 19.

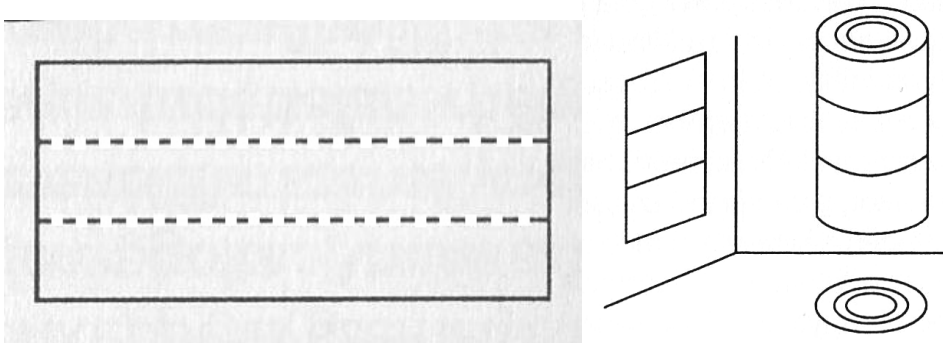
³ Frankl, Viktor Emil: *Der Wille zum Sinn*. Verlag Hans Huber, Bern 2005, 221.

⁴ Kreitmer, Christoph: *i. m.* 21.

deportációja során, ezért később újra kellett írnia azokat, s majd az 1946-ban megjelenő *Orvosi lélekgyógyászat* című könyvében kerültek nyilvánosság elé.

Az ember ontológiai felépítése

Míg Sigmund Freud lépcsőzetesnek tekinti az ember ontológiai szerkezetét (ld. *ösztön-én – én – felettes-én*, illetve ugyanígy a *tudattalan – tudatelőttes – tudatos* szintek), Frankl elsősorban koncentrikus rétegződésű felépítésben gondolja el az egész embert: kívül van a testből és lélekből álló *pszichofizikum*, amely a sze-



Az ember ontológiai felépítése Freud szerint, illetve Frankl szerint *mély*, a szellemi-egzisztenciális központ köré rendeződik. Így mindhárom rétegen belül (test, psziché, szellemi-egzisztenciális központ), szerves egységben megtalálható a *tudattalan*, *tudatelőttes* és *tudatos* szint (ld. az ábrákat).⁵

Frankl lélekfelfogása

A *lélek* értelmezésében Frankl elhatárolódik a pszichoanalitikusoktól. Freud lélekfelfogását úgy értékeli, hogy az a pszichoanalízis segítségével láttatja anatómiailag az emberi lélek egészét, és az ösztönökből, illetve ösztönrészekből tevődik össze. Így a freudi pszichoanalízis nemcsak atomokra szedi az emberi lelket, de el is személyteleníti, és ösztönkomplexummá degradálja azt.⁶

⁵ Az ábrák forrása: Frankl, Viktor Emil: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*. Ford. Varga Judit – Bircsák Anikó – Varga Zsófia. EuroAdvice Kiadó, Budapest 2002, 21.

⁶ „Das ganze der menschlichen Seele wird innerhalb der Psychoanalyse atomistisch gesehen, indem es gedacht wird als zusammengesetzt aus einzelnen Teilen, den diversen Trieben, und die wiederum als Partialtrieben bzw. Triebkomponenten. So wird das Seelische aber nicht nur atomisiert, sondern vollends anatomisiert. [...] Dadurch jedoch wird die Seele, die menschliche Person, wird deren Ganzheit irgendwie zerstört: die Psychoanalyse 'depersonalisiert' den Menschen geradezu; freilich nicht ohne die einzelnen – einander oft bekämpfenden – Instanzen innerhalb des seelischen Gesamtgefüges [...] ihrerseits zu personifizieren [...], um nicht zu sagen: zu dämonifizieren.” Frankl, Viktor Emil: *Der unbenußte Gott. Psychotherapie und Religion*. Kösel Verlag, München 1985, 11. Idézi Kreitmer Christoph: *i. m.* 39.

Frankl azt tanítja, hogy az emberben nemcsak örömelelv működik, hanem *értelemelv* is, amely által az ember létértelemre törekvő lény. Az ember minden ösztönisége kész bármely pillanatban arra, hogy átalakuljon a lelki állásfoglalás által, és ezáltal megszemélyesüljön.⁷

A fentebb látható ábrából kitűnik, hogy az embert alkotó ontológiai rétegeket Frankl is több részre osztja. Nála is megtalálható a tudatos és a tudattalan, de a tudattalan nemcsak *ösztöninek* jelöli, mint Freud, hanem világosan elhatárolja a *szellemi* tudattalan is. A szellemi tartománynak is van tudatos és tudattalan összetevője. A tudatos részében foglal helyet a személyiségünk, amely azonban a tudattalanban gyökerezik, és így prelogikus létértelmezéssel, illetve premorális értékértelmezéssel rendelkezik. A szellemi tudattalanban van a *szellemi mélyszemélyiség*, amely visszatükrözhetetlen, és ezért tudattalannak nevezhető, ugyanis ezt nem tudjuk felfogni.⁸ Ez azt jelenti, hogy a szellem (mint emberi létünk központja) éppen az eredeténél tudattalan szellem, éspedig olyan értelemben, hogy reflektálatlan (visszatükrözhetetlen, nem lehet rálátni), mert reflektálhatatlan. Hasonlít ez a szem helyzetéhez, amely mindent lát, de épp a vakfoltban, azaz az eredeténél, ahol a látóideg csatlakozik hozzá, képtelen reflektálni magára.

A tudatos és a tudattalan közötti határ elmosódó, áteresztő jellegű, és bőséges átjárási lehetőséget biztosít a kettő között. Ezzel szemben a szellemi és az ösztöni között nagyon éles határ, egy ontológiai hasadék húzódik, amely két alapvetően különböző részt választ el egymástól az ember teljes struktúráján belül: az egzisztenciát és a tényszerűséghez tartozó dolgokat.⁹ Tényleges emberi létről ott beszélhetünk, ahol nem ösztöntől hajtva (freudi *Es* – *ösztön-én*) vagy sodródva, hanem felelősen cselekszünk, az által, hogy az Én dönt valami mellett vagy valami ellen.

Az ösztönös dimenzió Frankl szerint testi és lelki (fizikai és pszichikai) tényezőkből áll (pszichofizikum). Ezek együtt egységet alkotnak, de nem a teljes ember egységét. Ez utóbbihoz elengedhetetlen szükség van a szellemi dimenzióra.¹⁰ A teljes emberhez úgy tartozik hozzá az ő szellemi része, mint a leginkább tulajdonképpen része. A szellemi nem csupán olyan valami, ami az embert jellemzi, illetve valami, amit a testi és a lelki dimenzióink hoznak létre, de ami megtalálható az állatnál is, hanem valami olyan, ami az embert kiemeli, megkülönbözteti, és amivel csupán ő van felruházva.¹¹ Ez a jellemzően csak emberi dimenzió teszi képessé az embert arra, hogy felelőssé váljon, felelősséget vállaljon.

A szellemi dimenziónak az is sajátja, hogy mint értelem- és érték meghatározó határozza meg a lét értelmét. És ugyancsak neki köszönhető, hogy az ember

⁷ Kreitmer, Christoph: *i. m.* 40.

⁸ Frankl, Viktor Emil: *Der unbewusste Gott. Psychotherapie und Religion*. Deutscher Taschenbuch Verlag, München 31995, 21–23.

⁹ Frankl, Viktor Emil: *i. m.* 15–16.

¹⁰ Uo. 18.

¹¹ Frankl, Viktor Emil: *Logotherapie und Existenzanalyse*. Beltz Verlag, Weinheim und Basel 2002, 72–73.

képes az ön-transzcendálásra, arra, hogy egy önmagán túli célra irányuljon. Ez lehet valamilyen értelem, amelynek meg akar, vagy meg kell felelnie, illetve egy másik lét (emberi vagy másféle), amellyel találkoznia kell, és szeretnie kell. Tulajdonképpen csak ezáltal képes az önmegvalósításra is (és csak annyiban), vagyis ha (és amennyiben) egy önmagán kívüli célra és nem egy magán belüli célra irányul.¹² Ezt az önmagán túlrá irányultságot a létértelem – mint *logosz*, és a szeretet – mint *inkarnálódott logosz* által valósítja meg.

A *logosz* mint létértelem Frankl szerint alapvetően fontos szerepet tölt be az ember életében. Hangsúlyozza, hogy mindenki van egy elemi *értelemigény* (minden emberi igény közül a legemberibb igény), amely minden tevékenységre nézve az értelem akarásában nyilvánul meg. Ezért tudja a szenvedést is elhordozni, ha a gyötrelmen túl értelmet lát benne. Az életét is csak akkor tudja igazán élni, ha értelmet lát benne; ha pedig nem találja létének értelmét, szenved ettől (noogén neurózis), és akár arra is kész, hogy eldobja magától életét. A logoterápiának az a célja, hogy ezt a létértelmet, *logoszt* hozzáférhetővé tegye a páciens számára.

A lelkiismeret

Az értelem észlelésének „szerve” Frankl felfogása szerint a *lelkiismeret*, amely képes megragadni azt az egyszeri és egyedülálló értelmet, amely rejtetten minden helyzetben jelen van. Az egyes helyzetekben nem egy szubjektív értelmet keres a saját szükségleteinek kielégítése érdekében, hanem egy transzszubjektív értelmet, amely a világban jelenlevő értékeket (mint az emberi állapotra vonatkozó értelem-univerzálákat), azok megőrzését és gyarapítását célozza meg.¹³ A lelkiismeret mint premorális értékfelfogás (azaz mindenféle kigondolt és megalkotott morált lényegileg megelőző értékfelfogás) eredeténél fogva a tudattalanba merül, és csak utólagos racionalizálás (például lelkiismeret-vizsgálat) által ragadható meg és tárható fel. Miközben éppen hat, a rációtól függetlenül képes megnyilvánulni.

Nehéz helyzet állhat elő akkor, ha valakinek különböző értékek között kell választania és ezek látszólag ellentmondanak egymásnak elvi szinten. Ilyenkor csak úgy lehet elkerülni az önkényes választást, ha odafordulunk a lelkiismeretünkhez. Ennek segítségével lehetünk képesek arra, hogy szabadon, de ne önkényesen, hanem felelősen döntsünk a különböző, látszólag egymásnak feszülő értékektől meghatározott helyzetben. A lelkiismeret azonban félre is vezetheti az embert,¹⁴ éspedig akkor, ha értelemtévesztés áldozatául esik.

¹² Frankl, Viktor Emil: *Der Wille zum Sinn*. Verlag Hans Huber, Bern 52005, 17.

¹³ Vik János: Lelkiismeret és felelősség V. E. Frankl munkásságában – a lelkiigondozó szemszögéből nézve. In: Visky S. Béla (szerk.): *Az értelem élete – az élet értelme. A logoterápia időszerezése*. Egyetemi Műhely Kiadó, Bolyai Társaság – Kolozsvár 2009, 19.

¹⁴ Frankl, Viktor Emil: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*, 77.

Az ember tudattalan vallásossága

A tudattalan vallásosság gondolatát először C. G. Jung fogalmazta meg analitikus pszichológiájában. Azt vallja, hogy a lélek *naturaliter religiosa*, azaz vallásos funkcióval rendelkezik, amit magából hoz elő, anélkül, hogy valami vélemény vagy ráhatás (szuggesztívó) indítaná erre.¹⁵ Sőt, konkrétan ki is jelenti, hogy létezik az ember tudattalanjában az istenségnek egy archetipikus képe,¹⁶ mely által az egyén Isten lényéhez tud kapcsolódni. Frankl kritikával illeti ezt a felfogást, kifogásolja, hogy Jung az ösztön-énben lokalizálja a tudattalan vallásosságot, így az általa értelmezett vallásosságban az *Én*nek nincs szerepe. Ez azt jelenti, hogy a vallás az *Én* felelősségének, szabadságának és döntéskompetenciájának körén kívül esik, egyfajta determinált (a tudattalanból készítenő jelentkező) vallás-ként. Ez nem személyes vallásosságot jelent, hanem egy archetipikus ösztön-szerű megnyilvánulást az ember „mélyéből”. Jung szerint tehát az emberben az ösztön-én vallásos. Ezzel viszont az a baj, hogy akkor nem „én vagyok hívő”. Ha az ösztön-én hajt Istenhez, akkor nem *Én* ragaszkodom Istenhez személyes döntés által. De hát – kérdezi Frankl – miféle vallásosság volna az, amelyhez ösztön hajt engem, ugyanúgy, mint a szexualitáshoz? Az igazi vallásosság nem ösztönjellegű, hanem döntésjellegű, a legszemélyesebb, azaz az énszerű döntések közé tartozik, amelyek lehetnek tudattalanok, de attól még nem kell az ösztön-én szférájához tartozniuk.¹⁷ Frankl azt hangsúlyozza, hogy a tudattalan vallásosság a szellemi tudattalanhoz tartozik, amely nem determináló, hanem olyan létező tudattalan, amely személyes állásfoglalás, döntés elé állít.

Egzisztencia-analízis és logoterápia

A lélek gondozása Franklnál az *egzisztencia-analízis* és a *logoterápia* által valósul meg. Az *egzisztencia-analízis* a konkrét egyén szabadságára, értelemmegvalósítási lehetőségeire és felelősségvállalására irányuló elemzést jelöl.¹⁸ Az *egzisztencia-analízis* szókapcsolatban az egzisztencia szó életminőséget jelent, amely az emberi lét sajátossága. Az egzisztencia-analízis nem a lét elemzését jelenti, hanem a létre vonatkozó elemzést, „az egzisztencián alapuló analízist”,¹⁹ hiszen maga a lét elemezhetetlen, redukálhatatlan ősjelenség, ugyanúgy annak aspektusai is, mint a tudat vagy a felelősségtudat. Ami az egzisztencia-analízisben elemezhető és tudatossá válik, az az *Én*. De nem az ösztöni *én* (*Es*), ahogy ez Freudnál volt látható, hanem az *Én* (*Ich*) önmaga,²⁰ amint a létre irányul. Az egzisztencia-

¹⁵ Jung, C. G.: *Gesammelte Werke*. Band 12. Walter-Verlag Solothurn und Düsseldorf 71994, 27.

¹⁶ Jung, C. G.: *Psychologie und Religion*. Walter-Verlag Olten und Freiburg im Breisgau, 21972, 74.

¹⁷ Frankl, Viktor Emil: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*, 54.

¹⁸ *Logoterápia és egzisztenciaanalízis*. Sárkány Péter (PhD) honlapja, <https://sites.google.com/site/sarkany/logoterapia-s-egzisztenciaanalizis> (az utolsó megtekintés dátuma: 2012. augusztus 29.)

¹⁹ Frankl, Viktor Emil: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*, 23.

²⁰ Frankl, Viktor Emil: *Der unbefugte Gott*. Deutscher Taschenbuch Verlag, München 31995, 21.

analízis ezáltal arra törekszik, hogy a pszichoterápia nem tudatos emberképét tudatosá tegye, kibontsa,²¹ és így hozzáférhetővé tegye a terápia számára.

Az ember vallásossága, mint örökkévaló és mindenütt jelenvaló empirikus valóság, tudattalan maradhat, vagy tudattalanná válhat, esetenként el is fojtódhat. Ilyen esetekben az egzisztencia-analízisre hárul az a feladat, hogy megjelenítse ezt a tudattalanul is jelen lévő szellemi valóságot.

A *logoterápia* mint *értelemmel-gyógyítás* az egzisztencia-analízis terápias továbbfejlesztése, vagy ahogyan Frankl nevezi: „szellemből kiinduló pszichoterápia”,²² amelyet megteremtője az addig alkalmazott pszichoterápiák szükséges kiegészítésének tekint. Általa lehetségessé vált a szellemi megközelítés a pszichoterápiás gyakorlatban. Frankl úgy látja, hogy a pszichoanalitikusok (és a mások) által képviselt pszichológiai felfogások logosz nélküli pszichológiák, amelyek csak okokat és okozatokat ismernek, de a szenvedést megkoronázni tudó értelemmel nem foglalkoznak. Ennek megfelelően az embert nem értelem által állást foglaló, hanem csak mechanizmusoktól és impulzusoktól irányított lénynek tekintik. Az ilyen pszichológia blokkolja a segítségkérő embernek azt a képességét, hogy a külső tragikus élményeket belső győzelmekké alakítsa át, és ezáltal mintegy felmutassa bizonyosságát a benne rejtetten jelenlévő emberi potenciálnak.

A logoterápia megnevezésben a *logosz* szó kettős értelemben van jelen: egyfelől az *értelem* (Sinn) jelölésére szolgál; másfelől a *szellemit* jelenti, amelyet azonban el kell határolni a lelkitől. A *logoszt* nem szabad összekeverni a rációval, sem pedig az intellektussal. Nem szabad összetéveszteni a logikával sem, mintha az orvos a logikával hatna a páciensre, hogy „lebeszélje” valamiről, amit az „bebeszél magának”. A logosz úgy is, mint *értelem*, és úgy is, mint *szellemi*, a tudattalanban gyökerezik.²³

A logoterápia alapvető megállapításai a következők:

1. az értelem a legrosszabb körülmények között is hozzáférhető;
2. az „értelemre való törekvés” erősebb motiváció a túlélésre, mint az örömelv (Freud), vagy a hatalomvágy (Adler);
3. senki sem tudja elvenni azt a szabadságunkat, hogy értelmet találjunk, akár egy értelmetlen helyzet megváltoztatása által, akár – ahol ez nem lehetséges – az értelmetlen helyzethez való hozzáállásunk megváltoztatása által.²⁴

Ezek a megállapítások nemcsak valami tudományosan megfogalmazott életfilozófiai elmélet részei, hanem nagyon is gyakorlati valóságot ragadnak meg,

²¹ Frankl, Viktor Emil: *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Jel Kiadó, Budapest 2005, 216.

²² Frankl, Viktor Emil: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*, 17.

²³ Frankl, Viktor Emil: *Logoterapie und Existenzanalyse*. Beltz Verlag, Weinheim und Basel 2002, 58.

²⁴ Kreitmer, Christoph: *i. m.* 23.

hiszen kiállták a tűzpróbát is: Franklnak a koncentrációs táborban szerzett tapasztalatai teljességgel igazolták és megerősítették hathatós valóságukat.²⁵

A logoterápia az ember személyes szabadságára és felelősségére építő mentálhigiénés szemléletnek is tekinthető, és ilyenként is hozzárendelhető bármely élethelyzethez, és segíti az embert a különböző élethelyzetek értelmének megtalálásában és beteljesítésében.

Frankl kiemelten hangsúlyozza, hogy minden pillanatban felelősséget hordozunk a következő pillanatért.²⁶ A logoterápia arra irányul, hogy a kezelt személy eljusson a felelőssé válásra. Ugyanakkor, mint terápia, nem mehet tovább ennél, nem mondhatja meg a páciensnek, hogy ki iránt vagy mivel szemben vájon felelőssé. A pszichoterápiának mint orvosi lelkigondozásnak az a célja – vallja Frankl –, hogy elősegítse a lelki gyógyulást, de amikor segítséget nyújt a páciensnek, nem mehet bele a hit és vallás kérdéseinek értelmezésébe. Ez inkább a *papi lelkigondozás*²⁷ feladata, amely a lélek üdvére törekszik elsősorban. Ugyanakkor gyakran nyomom követhető, hogy a kezelt személy hogyan talál vissza a tudattalanságba süllyedt hithez a pszichoterápia során.²⁸ A logoterápia tehát a kinyilatkoztatott hit innenső (emberi) oldalán működik, ugyanakkor a terápiás eljárás során utalhat a transzcendensre vonatkozó átfogó értelem keresésére.

Bár a logoterápia értelemmel, értékekkel, etikai kategóriákkal operál, mégsem állítható, hogy gyakorlata során moralizálna, mivel az értelmet nem lehet kezelésként előírni, receptre felírni. Az orvos nem szuggerálhat értelmet a páciensébe, ezt át sem adhatja neki, mert az értelmet mindenkinek önállóan kell megtalálnia a maga számára. A pszichoterápia más irányzataiban sokkal inkább tetten érhető a moralizálás, mint a logoterápiában, mi több, F. Gordon Pleune így fogalmaz az *International Journal of Psychoanalysis*-ben:

„A gyakorló pszichoanalitikus legelőször és mindenekelőtt moralista. Befolyásolja az emberek morális és etikai magatartását.”²⁹

Ezzel szemben a logoterápia nem mond ítéletet értelem és értelmetlenség felől, illetve az érték és az értéktelenség dolgában, csupán támogatja a páciens, hogy értelmet találjon életére, élete dolgaira nézve.

²⁵ Vö. Frankl, Viktor Emil: *... mégis mondj Igent az Életre! – egy pszichológus megéli a koncentrációs tábor*. Pszichoteam Mentálhigiénés Módszertani Központ, Budapest 1988, 70–73.

²⁶ Frankl, Viktor Emil: *Orvosi lélekigondozás. A logoterápia és egzisztenciaanalízis alapjai*. UR Könyvkiadó és Multimédia Stúdió Kft., Budapest 1997, 59.

²⁷ Ez a megnevezés Frankltól származik.

²⁸ Frankl, Viktor Emil: *Orvosi lélekigondozás. A logoterápia és egzisztenciaanalízis alapjai*, 223.

²⁹ *International Journal of Psychoanalysis* no. 46 (1965), 358., idézi Frankl: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*, 73.

Pszichológia, pszichoterápia – a teológia szolgálóleánya?

Amikor a múlt század első felében Freud, Adler, Jung és a többi úttörő pszichoanalitikus megfogalmazták elméleteiket, és Freud nyilatkozataiban támadásokkal illette a vallást, illetve az egyház intézményét, a teológusok is kezdtek rendre megfogalmazni a pszichológiával kapcsolatos állásfoglalásaikat. Ennek következtében eléggé ellenséges viszony alakult ki a két tábor között. Freud a pácienseinél tapasztalt ekleziogén neurózisokért tette felelőssé az egyházat (talán elsősorban a korabeli katolikus egyházat), a teológusok pedig a szexualitással kapcsolatos, akkor nagyon merésznek számító nézetekért támadták vehemensen a pszichoanalitikusokat, illetve amiatt, hogy kivették az egyház kezéből a hívek lelki problémáinak gondozását. Egyes teológusok teljesen visszautasítóak voltak a pszichológia nem mindenben kielégítően tudományos és metapszichológiai fejtegetéseket is magában foglaló nézeteivel szemben, mások azzal az igénnyel álltak elő, hogy a pszichológia tevékenykedjen ugyan, de úgy, mint a teológia „szolgálóleánya”, azaz segédtudománya. Eduard Thurneysen svájci teológus a papi lelkigondozás kitűnő segédeszközének (Hilfsmittel) látta a pszichológiát, és ki is nyilvánította, hogy a pszichológia segédtudománynak tekintendő a papi lelkigondozás számára.³⁰

Ez a nézet széles körben elterjedt a kerügmátikus lelkigondozás oktatásával, és még manapság is jelen van a lelkészi körökben. Ezért meggondolandó Frankl idevonatkozó álláspontja: amint az orvosi lelkigondozásról vallja, hogy nem helyettesítheti a papi lelkigondozást, és a kettőt nem lehet összeegyeztíteni, ugyanolyan határozottan visszautasítja azt az igényt, hogy a pszichológia és pszichoterápia feladja önálló tudomány jellegét, hogy csupán a teológia szolgálóleánya legyen. Vallja, hogy amint az ember méltósága olyan feltétlen szabadságon alapul, amely az Istennel szembeni elutasítás lehetőségét is magában foglalja, a tudomány méltósága is olyan feltétel nélküli szabadságon alapul, amely függetlenséget biztosít a kutatás számára, annak veszélye mellett is, hogy a kutatás eredményei ellentétbe kerülhetnek egyes hitigazságokkal.³¹ Mert csak egy ilyen szabad és objektivitásra törekvő független kutatásból születő eredmények rendelkezhetőek hozzá hitelesen a hitigazságokhoz, azok alátámasztására.

Ha a pszichológia elfogadja, hogy csupán a teológia szolgálóleánya, már egy előre meghatározott úton és előre kijelölt elvek mentén kell haladnia a kutatásban, ezzel pedig nemcsak önálló tudományjellege és kutatási szabadsága szűnik meg, hanem az a lehetőség is, hogy független objektivitásánál fogva hiteles lehessen a vallás hasznára. Így tehát, ha a pszichológia, pszichoterápia bizonyítékkal szolgál a lélek *naturaliter religiosa* (természeténél fogva vallásos) jellegére vonatko-

³⁰ „So bedarf die Seelsorge der Psychologie als ihres geradezu vorzüglichen Hilfsmittels.” [...] „Es wird sich daher die Beziehung zwischen Seelsorge und Psychologie dahin bestimmen lassen, daß Psychologie zur Seelsorge im Verhältnis einer *Hilfswissenschaft* steht.” Eduard Thurneysen: *Die Lehre von der Seelsorge*. Chr. Kaiser Verlag München 1948, 176.

³¹ Frankl, Viktor Emil: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*, 63.

zóan, ez a bizonyíték csak akkor fogadható el tudományosan helytállóan, ha az azt szolgáltató tudomány természeténél fogva nem vallásos, és nincsenek vallásos kötöttségei. Frankl így összegzi álláspontját:

„Minél kevésbé kötelezi magát a pszichoterápia arra, hogy a teológia mellett a szolgálóleány szerepét töltsse be, annál nagyobb szolgálatokat tehet majd ténylegesen a számára.”³²

Orvosi lelkigondozás – papi lelkigondozás

Ärztliche Seelsorge (1946), azaz orvosi lelkigondozás³³ a címe annak a könyvnek, amelyben Frankl a lét értelmének távlataira összpontosító pszichoterápiája alap gondolatait írta le. Már maga a megnevezés is provokatívnak tűnhet egyesek számára, hiszen a lelkigondozás kifejezést általában egyházi berkekben és a vallásos nyelvhasználatban a pap, illetve a lelkipásztor híveket gondozó tevékenységének megnevezésére használják. Joggal merülhet fel a kérdés: Mit jelenthet ez? A pszichológusok, pszichiáterek már a lelkigondozás tevékenységét is magukhoz akarják ragadni? A gyanúsítás nem teljesen alaptalan, mivel a múlt század folyamán többször is jelentkeztek olyan hangok, amelyek a papokkal egyenrangú szerepet akartak tulajdonítani a pszichoterapeutáknak. Főleg miután a lelki problémáikkal küszködő emberek sokkal nagyobb arányban keresték fel (és keresik ma is) a pszichoterapeutákat, mint a lelkipásztorokat.³⁴ Lássuk, milyen létjogosultsága van tehát az „orvosi lelkigondozás” kifejezés használatának?

Frankl egyértelműen leszögezi, hogy az orvosi lelkigondozástól teljesen távol áll az a szándék, hogy helyettesítse a papi lelkigondozást. És arról sincs szó, hogy az orvos a kezelés során fel akarná használni a vallást mint terápiás „eszközt”, hiszen ezáltal egyszerűen egészségfenntartó eszköz szintjére alacsonyítaná le azt. A vallás azonban, még akkor is, ha vitathatatlanul megvan a lelki egészségvédő hatása, nem pusztán a lelki kiegyensúlyozottság vagy más pszicho-higiénés célkitűzés elérését kívánja megvalósítani az emberek életében. A vallás elsődleges célja nem a lelki gyógyulás, hanem a lélek üdve. A vallás tehát többet ad az embernek, mint a pszichoterápia, ugyanakkor többet is vár el tőle.³⁵ Ezért nem szabad összekeverni a kettőt a terápiában, még akkor sem, ha hatásukat tekintve átfedhetik egymást.

³² Frankl, Viktor Emil: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*, 64.

³³ Magyar fordításban az *Orvosi lélekigondozás* (1997) címet kapta; ld. *Felhasznált irodalom*.

³⁴ „Jung ajánlotta már fél évszázaddal ezelőtt (!) a lelkészeknek, hogy ne csak az egyébként szükséges héber és görög egzegézisben (szövegértelmezésben és magyarázatban) legyenek járatosak, hanem a korszerű ’ember-egzegézisben’ is, mert ők, ti. a pszichiáterek, már nem győzik a sokasodó lelkigondozói feladatokat ellátni, amelyeket a lelkészekről elforduló és a pszichiáterekhez tóduló ’hívek’ igényelnek [...]” Hézszer Gábor: *A pásztori pszichológia gyakorlati kézikönyve*. Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, Budapest 1991, 9.

³⁵ Frankl, Viktor Emil: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*, 63.

A logoterápia a páciensekkel foglalkozva találkozik a vallás jelenségével, de semleges viszonyulásra van kötelezve vele szemben. Ez nem azt jelenti, hogy nem veheti figyelembe az értelemre segítő terápia során, illetve hogy nem építhet rá; de nem lehet célja a vallásos hit erősítése vagy javíthatása, befolyásolása. Ugyanúgy semlegesesen kell viszonyulnia a nem vallásos páciens világnézeti problémáihoz, illetve a vallásellenes beállítódású páciensekhez is.

Az orvosi lelkigondozás sokkal inkább azzal kapcsolatos, hogy nagyon sok olyan ember keresi fel a pszichiáter-orvos rendelőjét, akiket leterhelnek az élet gondjai, vagy kiábrándultak az életből, kételkednek az élet értelmében, és közülük sokan nem is vallásosak. H. J. Weitbrecht ezzel kapcsolatosan így ír:

„Nem tudunk azon változtatni, hogy az emberek manapság lelki bajaikkal nagyjából nem a lelkészhez mennek, hanem az orvos életapasztalatához fordulnak tanácsért.”³⁶

Ezért az orvos, amikor a maga segítő munkáját végzi, akár akarja, akár nem, sokszor belekényszerül a lelkigondozó, a lelki tanácsadó szerepébe is, és nem zárkozhat el az igény elől. Albert Görres ezt a következőképpen fogalmazza meg:

„A pszichoterápia elkerülhetetlenül – akkor is, ha nem tudja, sőt, ha nem is akar tudni róla – minden esetben valamiképp lelkigondozás is. Gyakran kifejezetten lelkigondozói beavatkozásokat kell végrehajtania.”³⁷

Ma a mentálhigiéné holisztikus, az egész embert szem előtt tartó felfogása minden gyakorló orvos feladatkörének tekinti a lelkigondozói, lelki tanácsadói szerepvállalást, és szorgalmazza is azt.

Frankl lélekértelmezésének és emberképének pasztorálpszichológiai jelentősége

Az egzisztencia-analízis és logoterápia megalapítója rámutatott arra, hogy a mélypszichológia csak az emberi ösztönöket kutatja, akár tudatos szinten, akár tudattalan mélységük szintjén. Ez azt jelenti, hogy inkább a tudattalan ösztönén pszichológiája, mint a tudattalan *én* pszichológiája, amely a pszichofizikai kontextusú mélyszemélyt vizsgálja, a tulajdonképpeni mélyszemély, mint a tulajdonképpeni személy tudattalan része mellőzésével. A pszichológiai-immanens szemlélet szintjén a tulajdonképpeni mélyszemély, azaz a szellemi-egzisztenciális személyünk tudattalan része valójában nem vizsgálható, és szellemi aktuális végrehajtása közben nem reflektálható az emberi értelem számára. Ettől függetlenül azonban ontológiai valóság, amellyel számolnunk kell, ha a teljes embert a maga öntranszcendáló valóságában akarjuk megérteni.

³⁶ Idézi Frankl: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*, 72.

³⁷ Görres, Albert: *Jahrbuch der Psychologie und Psychotherapie*. nr. 6 (1958), 200.; idézi Viktor E. Frankl: uo. 72.

Frankl lélekértelmezése és az ember ontológiai felépítéséről való felfogása új távlatokat nyitott a pszichoterápiás kezelés számára. Az addig uralkodó mechanisztikus lélekkonstrukciókkal szemben érvényt szerzett az emberben jelen levő szellemi egzisztenciának, a pszichologizmusokkal és metapszichológiai fejtegetésekkel szemben pedig felmutatta a szellemi létezés autonómiáját és lélekgyógyászati jelentőségét, illetve létjogosultságot vívott ki a szellemi megközelítésű pszichoterápiának.

A szellemi tudattalan és a szellemi mélyszemély felismerése és leírása által Frankl lehetővé tette a vallásosság transzcendens jelenségének megértését és a terápiás folyamatba való bekapcsolását, integrálását. Míg Freud univerzális emberi kényszerneurózisnak nevezte a vallást,³⁸ és már azt is problémának tartotta, ha valakiben vallásos gondolatok jelentkeznek, Frankl, mintegy megfordítva a mondatot, azt hangsúlyozza, hogy a mai kulturális állapotunkból sok minden emlékeztethet az „általános emberi kényszerneurózisra”, egy valami kivételével, és ez a vallás. Majd hozzáfűzi: a neurotikus egzisztenciában éppen a transzcendencia hiánya bosszulja meg saját magát.³⁹ Rámutat arra, hogy mind Freud, mind Jung a tudattalantól ható, determináló vallásosságról beszél, holott az igazi vallásosság nem ösztöntől hajtott, hanem döntésjellegű. Sőt, a vallásosság éppen döntésjellegén áll, és ösztönjellegén bukik. A vallásosság ugyanis vagy egzisztenciális, vagy egyáltalán nincs.⁴⁰

Azáltal, hogy Frankl leszögezi: akkor járunk jó úton, ha nem Freud szerint fejtegetjük egy „illúzió jövőjét”, hanem egy realitás örökkévalóságáról és jelenvalóságáról gondolkodunk, visszaadja a vallás jelenségének az őt megillető értéket és jelentőséget.

Frankl pszichoterápiáról és lelkigondozásról vallott felfogásának pasztorálpszichológiai jelentősége

Erdélyben, de talán nemcsak itt, a teológia és a pszichológia, vagy inkább e két tudományág képviselőinek egymáshoz való viszonya még mindig elég távolgató. Különböző tényezők járulhatnak hozzá ehhez: a múlt (tehát a kezdeti elengedhetetlen megnyilvánulások) kísértésétől el egészen bizonyos kölcsönös előítéletekig. Ilyen helyzetben Frankl pszichoterápiáról, orvosi és papi lelkigondozásról vallott nézetei eligazító jellegűek a teológusok, lelkészek, illetve pszichiáterek, pszichológusok számára, de ezen túlmenően általában a segítő foglalkozásaik közeledése és együttműködése felé.

Egyfelől arra biztatja a pszichológusokat, hogy forduljanak nyitottan a páciensek vallást is érintő lelki problémái felé, mert az élettel és léttel kapcsolatos

³⁸ „Die Religion wäre die allgemein menschliche Zwangsneurose, wie die des Kindes stammte sie aus dem Ödipuskomplex, der Vaterbeziehung.” Freud, Sigmund: *Die Zukunft einer Illusion*. Internationaler Psychoanalytischer Verlag, Leipzig – Wien – Zürich 21928, 70.

³⁹ Frankl: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*, 59.

⁴⁰ Uo.

kérdések megválaszolása túlmutat a pszichológiai és pszichoterápiás magyarázatokon, és a transzcendensbe torkollik. Másfelől a teológusokat arra figyelmezteti, hogy lépjenek tovább arról az állásponttól, amely szerint a pszichológia alá van rendelve és „szolgálóleány”-a a teológiának, és tekintsenek rá úgy, mint ami tudomány a maga lehetőségeivel, s mint ami a teológia partnere a lelkigondozásban. Ha mindkét oldalon ezek megvalósításán fáradoznak, megszűnhetnek az előítéletek és megnyílik az egészséges dialógus, illetve a kölcsönös együttműködés lehetősége.

Frankl munkássága tehát hidat épít a két tudomány között, amelyen mindkét tábor közeledhet egymáshoz és együtt is működhet, ahelyett, hogy a teológus csuklóból visszautasítja a pszichológiát annak ismeretanyagával együtt, illetve a pszichológus elzárkózik a vallási dolgok elől. Frankl segítségére van a lelkésznek abban, hogy a pszichológia felfedezéseit elhelyezze az emberi lélekről vallott Biblián alapuló nézeteiben, illetve a pszichológusnak, pszichiáternek abban, hogy a transzcendens dimenziót és a vallásos jelenségeket integrálja az orvosi-pszichológiai tudományos lélekkutatás alapján álló emberképbe. Mert ezek nélkül nem lehetséges megfelelő támogatással odaállniuk a rászoruló emberek mellé. Ugyanis a lelki struktúrák, lelki működések ismerete ugyanúgy szükséges a szakszerű lelki-pasztorkodáshoz, lelkigondozáshoz, mint az ember transzcendens dimenziójának tudomásul vétele és ismerete a teljes ember (holisztikus) terápiás kezeléséhez, gyógyításához.

Felhasznált irodalom

- Bauer, W.: *Griechisch-Deutsches Wörterbuch zu den Schriften des Neuen Testaments und der übrigen urchristlichen Literatur*. Berlin ⁵1958.
- Viktor E. Frankl: <http://www.logoterapia.ro/viktor-frankl/> (az utolsó megtekintés dátuma: 2011. április 26.)
- Logoterápia és egzisztenciaanalízis*. Sárkány Péter (PhD) honlapja: <https://sites.google.com/site/sarkanyp/logoterpia-s-egzisztenciaanalizis> (az utolsó megtekintés dátuma: 2012. augusztus 29.)
- Frankl, Viktor Emil: *A tudattalan Isten – Pszichoterápia és vallás*. EuroAdvice Kiadó, Budapest 2002.
- Frankl, Viktor Emil: *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Jel Kiadó, Budapest 2005.
- Frankl, Viktor Emil: *Der unbewusste Gott. Psychotherapie und Religion*. Deutscher Taschenbuch Verlag, München ³1995.
- Frankl, Viktor Emil: *Der Wille zum Sinn*. Verlag Hans Huber, Bern ⁵2005.
- Frankl, Viktor Emil: *Logotherapie und Existenzanalyse*. Beltz Verlag, Weinheim und Basel 2002.
- Frankl, Viktor Emil: *...mégis mondj Igent az Életre! – egy pszichológus megéli a koncentrációs tábor*. Pszichoteam Mentálhigiénés Módszertani Központ, Budapest 1988.
- Frankl, Viktor Emil: *Orvosi lélekgondozás. A logoterápia és egzisztenciaanalízis alapjai*. UR Könyvkiadó és Multimédia Stúdió Kft., Budapest 1997.

- Hézszer Gábor: *A pásztori pszichológia gyakorlati kézikönyve*. Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, Budapest 1991.
- Freud, Sigmund: *Die Zukunft einer Illusion*. Internationaler Psychoanalytischer Verlag, Leipzig – Wien – Zürich 1928.
- Jung, C. G.: *Gesammelte Werke*. Band 12. Walter-Verlag Solothurn und Düsseldorf 1994.
- Jung, C. G.: *Psychologie und Religion*. Walter-Verlag Olten und Freiburg im Breisgau, 1972.
- Kreitmer, Christoph: *Sinnvolle Seelsorge*. EOS Verlag, Erzabtei St. Ottilien 1995.
- Vik János: Lelkiismeret és felelősség V. E. Frankl munkásságában – a lelkigondozó szemszögéből nézve. In: Visky S. Béla (szerk.): *Az értelem élete – az élet értelme. A logoterápia időszerűsége*. Egyetemi Műhely Kiadó, Bolyai Társaság – Kolozsvár 2009.