

## SENS ŻYCIA

Do nas zwykło przychodzić to zagadnienie w formie różnorodnych pytań: Co to jest sens życia? jaki on jest? jak go odkryć i gdzie szukać? czy życie w ogóle ma jakiś sens? Powyższe pytania poruszają wszystkie podstawowe aspekty tego zagadnienia. Odpowiedź na nie wyczerpie temat. Zacząć jednak trzeba od ostatniego członu, bo od jakości odpowiedzi zależy racja bytu i kierunek dalszych rozważań. Stanowisko negatywne w sprawie istnienia sensu życia w ogóle odbiera życiowe znaczenie pierwszym pytaniom, pozostawiając możliwość jedynie spekulatywnej dyskusji nad wyrażeniem „sens życia”. Tymczasem nasza odpowiedź jest pozytywna, co usprawiedliwia nasze rozważania i stawia cały temat w szeregu spraw życiowo ważkich. O wyczerpaniu materiału w jednym artykule nie ma oczywiście mowy, stąd dowolny zestaw zagadnień.

Zacznijmy od realnej pozycji problemu w świadomości społecznej, wychodząc od ogólnie doświadczanego stanu, że człowiek bez poczucia sensu nie zechce nic robić, ani nawet w ogóle żyć. Zwróćmy od razu uwagę, że kontekst zdania nadaje podwójne znaczenie wyrażeniu „sens życia”. Słowa „nic nie zechce robić” — oznaczają działanie, natomiast „nie zechce żyć” — wskazują na życie jako proces witalny. Działanie jako zbiór i suma wszystkich możliwych aktów, gestów czy ruchów musi posiadać jawny lub ukryty sens, jeżeli ma być wyrazem aktywności rozumnej jednostki. Ale działać — to nie to samo, co żyć. Np. rośliny żyją, lecz nie działają<sup>1</sup>. Albowiem żyć — znaczy działać we wszystkich wymiarach, działać wszędzie tam, gdzie mamy zdolności i możliwości działania, zaznaczać swoją indywidualność i swoje zdolności twórcze tam, gdzie jest to najpierw konieczne, potem pożądane i wreszcie tam, gdzie jest to dopuszczalne<sup>2</sup>. Do tych zadań należy też przede wszystkim praca nad rozwojem i realizacja wrodzonych uzdolnień, talentów i dyspozycji, jednym słowem dążenie do pełnego rozwoju naszej potencjalnej osobowości. Potwierdzamy życie, rozumiemy jego sens, gdy czujemy, że się rozwijamy, pogłębiaamy i dojrzewamy dzięki pracy nad sobą, że pogłębia się nasza osobowość i oczyszcza nasz charakter. Rozkwit

<sup>1</sup> T. Kotarbiński, *Medytacje o życiu godziwym*, Warszawa 1966, s. 19.

<sup>2</sup> J. Szczepański, *Zapytaj samego siebie*, Warszawa 1983, s. 19.

umysłu i osobowości staje się zadaniem, celem, ideałem, dzięki któremu życie nabiera sensu<sup>3</sup>. A zatem działanie, choć stanowi integralną część życia, jednak go nie wyczerpuje, bo maszyny też działają, choć nie żyją. Działanie ludzkie jednak zakłada zawsze życie jako witalny proces, który posiada w sobie sens immanentny, oprócz narzuconego mu z zewnątrz przez człowieka. Słowo „życie”, w ustach ludzkich, ma zawsze smak aktywności, a nie biologicznej przemiany materii. Sami ludzie nie aprobują zresztą istnienia, które jest tylko egzystencją, wegetacją biologiczną, a nie światem ducha, choćby w jego najniższym locie. Do pełni życia człowieka należą też godziwe uroki życia, dostarczające przeżyć przyjemnych i uszczęśliwiających, niezbędnych do normalnego rozwoju i samopoczucia. Życie, zamknięte tylko do harówki nad utrzymaniem, bez swobodnego zakosztowania dóbr duchowych, może zejść w końcu do bezsensownej wegetacji. Egzystencja jako taka nie jest właściwym celem i sensem życia, nie jest nim w każdym razie dla istot świadomych, uduchowionych, szukających odpowiedzi na pytanie o sens istnienia<sup>4</sup>. Takim sensem może być tylko aktywny udział w tworzeniu, pomnażaniu i korzystaniu z dóbr ziemi, kultury i ducha, które zaspokajają wszystkie godziwe potrzeby natury i łaski.

Główną przyczyną zdublowania znaczenia „sensu życia” w omawianym tu kontekście jest inny przedmiot odniesienia, zmieniający zakres i treść pojęcia. Tak poważna zmiana nie może się nie odbić na samoświadomości człowieka. W działaniu, złożonym z mnóstwa etapów i gestów, trudno domagać się aktualnej świadomości sensu w każdym ruchu, bo to może odwracać uwagę od sprawności działania, narażając na szwank efekt dzieła czy pracy i obciążając sumienie roztargnieniem uwagi. Tak mogą rodzić się zniekształcenia dzieł, niepokoje sumienia, a u dobrych fachowców i sumiennych wykonawców — zadrażnienia ambicji. W podobnych sytuacjach wystarcza świadomość habitualna, nawykowa, która determinuje psychikę do właściwego działania od wewnątrz i podświadomie. Jest to rodzaj trwałego nastawienia na zaplanowane sposoby działania uprzednią decyzją. To nastawienie nie musi w każdej czynności przychodzić do głosu w postaci jawnej, lecz ma to do siebie, że działa na prawach „podniety podprogowej”, która nie ginie, gdy nie wywołuje skutku sobie właściwego, lecz krystalizuje w podświadomości we właściwy sobie sposób tendencję ukierunkowującą ku zaplanowanemu działaniu. Każda

<sup>3</sup> S. Szuman, *Poważne i pogodne zagadnienia afirmacji życia*, Katowice 1947, s. 132.

<sup>4</sup> Tamże, 124.

decyzja i każde postanowienie jest rodzajem dynamicznego impulsu, który zmierzając w określonym kierunku pociąga za sobą uśpione dotąd i wyłączone mechanizmy psychiczne, by rozładować się w końcu w postanowionym czynie lub dziele, a w naszym wypadku — w sensownej aktywności. Czas utajenia powyższej tendencji między postanowieniem i wykonaniem nie jest bezczynny, lecz wypełniony aktywnością podświadomą, która w różnym stopniu oddziałuje na cały ustrój i jego zachowanie się jako energia potencjalna, która swoją obecnością już dynamizuje organizm. Fizjologia nazywa to zjawisko „bodźcem podprogowym”, który jest za słaby do wywołania specyficznej reakcji, lecz na tyle witalny, że nie ginie bez reakcji, lecz kumuluje podobne pobudzenia, łącznie z którymi modyfikuje reakcje organizmu i nawet nieraz całe zachowanie w formie nieplanowanego dążenia czy nawet gwałtownego wybuchu. Medycyna te fakty zna bardzo dobrze. W teologii duchowości podobna rola przypada postanowieniom dalszym, które taką tendencję determinującą rodzą w psychice, by sterowała podświadomie zachowaniem się jednostki, zgodnym z wytyczonym postanowieniem czy planem. Na tym mechanizmie opiera się rozbudowana w ascezie praktyka robienia postanowień dziennych, rocznych i życiowych oraz metoda wzbudzania dobrej intencji rano lub przed czynnościami, gdyż takie postanowienie czy intencja promieniują na czynność i skłaniają podświadomie do realizacji intencji czy postanowienia, stając się tendencją determinującą. Postanowienie sensownego działania przybiera w naszym życiu postać opcji fundamentalnej, której potem się nie odwołuje, lecz ją ponawia i potwierdza. Pod jej też wpływem działamy codziennie, nawet nie mając jej w ognisku świadomości, ale gdzieś na peryferiach. Wystarczy jednak w każdej chwili zapytać o sens działania, a odpowiedź mamy pod ręką<sup>5</sup>.

Oprócz negatywnej oceny postawy człowieka wobec sensu życia, można dopatrzeć się także i elementów pozytywnych w tej więzi. Wyrazić je można dość prosto: każdy człowiek pragnie, ma prawo i musi znać sens swojego życia. W powyższej redakcji sprawa sensu życia wnikałaby bardzo głęboko w mechanizm psychicznego życia człowieka, przybierając różne kształty obecności i o różnym ciężarze gatunkowym, jak wskazują same nazwy: pragnienie, prawo, konieczność. Na miejscu będzie tu chyba ważne ostrzeżenie socjologów, by problemu sensu życia nie podnosić do rangi uniwersalnego dynamizmu o pochodzeniu pierwotnym. Sens jest humanistyczną i racjonalistyczną „nadbudową” nad prawi-

<sup>5</sup> K. Obuchowski, *Psychologia ludzkich dążeń*, Warszawa 1983, s. 204.

dłową strukturą rzeczy, zdarzeń i bytu całego, nadbudową będącą dziełem ludzkości, a więc także rozwijaną i konkretyzowaną przez każdy znaczący akt działania jednostki<sup>6</sup>. Dlatego potrzeba sensu życia jest wynikiem rozwoju człowieka jako istoty społecznej i jako istoty kulturalnej, a nie pierwotnym motorycznym czynnikiem, który powoduje socjalizację czy też internalizację kultury. Proces socjalizacji jest bardziej złożony. Może potrzeby społeczne są czynnikiem motorycznym tego procesu, jednakże powstawanie tych potrzeb jest już skutkiem socjalizacji<sup>7</sup>. Pragnienie, dynamiczne ze swej natury, dąży do zaspokojenia, co usprawiedliwia niespokojne szukanie, przez wszystkich, sensu we wszystkim, co czynią. To tłumaczy niesłychaną witalność i twórczy dynamizm jednostek o wielkich aspiracjach, gdyż pragnienie jest potwierdzeniem jakiegoś braku zwanego w psychologii potrzebą i popychającego organizm do usunięcia go. Nie o mechaniczne usunięcie braku może jednak chodzić. Pragnienie, jak każdy inny brak czy potrzeba, wywołuje stan napięcia w ustroju lub środowisku, które mobilizuje czynniki dynamiczne do osiągnięcia brakującego elementu i rozładowania powstałego napięcia. Może też pojawić się pragnienie przekroczenia siebie, wyjścia z istniejącego stanu rzeczy, postępu naprzód w samorozwoju i udoskonaleniu się.

Z natury człowieka — istoty rozumnej, która musi kierować się sensem w swoim działaniu — wynika, że posiadanie sensu życia jest prawem. Niezaprzeczalne zaś prawo musi być realizowane. Stąd konieczność znajomości sensu życia i działania. Można zatem powiedzieć, że potrzeba sensu wynika z samego człowieczeństwa, a głębokość jego zakorzenienia się w ludzkiej świadomości i codziennym doświadczeniu wskazuje na jego pokrewieństwo z losem i przeznaczeniem człowieka.

### Kryzys sensu życia

Zwykły śmiertelnik, tak zwany szary człowiek, nie jest przyzwyczajony ani przygotowany do osobistego zgłębiania sensu życia. Dla niego wystarcza tradycyjny pogląd, wyniesiony z domu, szkoły i kościoła, potem pogłębiany przez studia oraz osobistą lekturę. Nie zawsze jednak wody życia są stojące. Ich gładkie i spokojne lustro od czasu do czasu marszczy powiew wiatru lub prąd głębinowy. Wtedy człowiek, jako tako myślący i poważny,

<sup>6</sup> J. Kuczyński, *Sens słowa, sens bytu*, *Studia filozoficzne* 3 (1979) 69.

<sup>7</sup> J. Szczepański, *Konsumpcja a rozwój człowieka. Wstęp do antropologicznej teorii konsumpcji*, Warszawa 1981, s. 109.

<sup>8</sup> J. Kuczyński, *Sens życia*, Warszawa 1981, s. 11—33.

stawia sobie pytanie o sens własnego życia, o sens historii, niekiedy także o sens świata. Chociaż nie jest to pytanie codzienne — jak chleb powszedni, praca, odpoczynek — określa ono w sposób ukryty lub jawny pewien dobry, potrzebny niepokój filozoficzno-moralny, gdyż ukazuje problem wartości własnego życia, racjonalności społeczeństwa, a może także ładu świata. Tym samym stawia głębiej ujęty problem wartości każdego naszego codziennego, znaczącego, czynu. Pytanie więc o sens jest także pytaniem o możliwość ostatecznego uzasadnienia i usprawiedliwienia tego, co czynimy, całego naszego istnienia.

O sens życia pytamy także, gdy czujemy własną bezsilność lub znikomość rezultatów swoich działań, gdy widzimy, że panują nad nami obce nam siły przyrody czy historii, gdy czujemy się osamotnieni, izolowani, gdy widzimy nierozumność ludzkich poczynań, zatracenie humanistycznej świadomości w pogoni za konsumpcją, posiadaniem, użyciem, nierozumność marnotrawienia materialnych i przyrodniczych dóbr, a więc szczególnie wtedy, gdy dostrzegamy nonsens, absurd, zło, bezpodstawną agresję, i gdy zaczynają one nas ranić.

O sens życia pytamy się również przy przeżywaniu granic i kresu istnienia, gdy znienacka urywa się pod nogami i przed oczami grunt, gdy zostaje zagrożone lub przerwane codzienne, ułożone, spokojne życie i zjawia się kalectwo, nieprzewidywana śmierć własna lub odejście bliskich. Wówczas szczególnie dramatycznie wyłania się ów problem problemów: na czym może polegać sens życia, skoro ma ono nieuchronny kres? <sup>9</sup>

Potrzeby sensu wynikają z samego człowieczeństwa, z jego struktury i przeznaczenia, z ogólnej sytuacji egzystencjalnej. Człowiek wybiera się naiwnie w świat, ufny w swoje siły, pewny, że znajdzie prawdę, dobro, piękno, świętość, prawdomówność i nawet szczęście. Ze zgrozą jednak spostrzega, że poznanie jest ograniczone i że na próżno rozgląda się za pewną i doskonałą wiedzą o tajemnicach świata i o naturze duszy, o zagadkach świadomości i budowie materii, o niepewności dnia jutrzejszego i losu po śmierci. Spostrzega wtedy nagle, że wiedza, której tak ufał i na której tyle budował, jest też ograniczona i niedostateczna, że rozum nie potrafi dać dostatecznej odpowiedzi na najważniejsze pytanie.

Ograniczenie poznawcze jest chyba najistotniejszym ograniczeniem osobowości ludzkiej. Tymczasem człowiek nie może żyć bez pewności i wiary; a przecież istnieją miliony mniej lub więcej wątpliwych i niewierzących i setki czy tysiące różnych, sprzecznych ze sobą wiar; człowiek nie przestaje powtarzać pytania —

<sup>9</sup> Tamże, s. 12.

„gdzie jest prawda”? Wiedza chciałaby zastąpić wiarę; cóż, kiedy zawsze niedostateczną, niepełną, wiedzą pozostaje! Wiara zastępuje wiedzę w tych wymiarach i sferach rzeczywistości, do których wiedza nie dociera, nie sięga, w których opuszcza ją jej pewność; ale wiara nie jest wiedzą, wiara jest przeświadczeniem i ufnością w sens istnienia, pewnością, że człowieka obowiązują: prawda, dobro, piękno, szlachetność, świętość, walka ze złem.

W takiej, ograniczonej pod względem poznania, sytuacji znajduje się właśnie człowiek myślący i pragnący swe istnienie do gruntu poznać i wysondować, nie przestawający prawie nigdy odczuwać nienasyconego głodu prawdy i dobra. Tysiące i miliony ludzi znajdują się w takiej właśnie sytuacji. Jakże więc człowiek, nie rozumiejący czym jest jego istnienie i do czego ono zmierza, może znaleźć właściwe sobie miejsce w rzeczywistości i spełnić swe zadanie; jak może żyć z sensem w istnieniu o niepoznawalnym sensie? <sup>10</sup>

Do refleksji nad głębszym sensem życia zmusza nas także ograniczoność naszego serca i niestałość uczuć. Do czasu wierzyliśmy niezachwianie w stałość, szczerłość, dobroć, wierność naszego serca. Dopiero doświadczenie przekonuje nas o tym, że o istotach kochanych dziwnie łatwo i szybko zapominamy, że nie zawsze jesteśmy tacy szczerzy i prawdomówni, jak nam się wydaje, że dobroć nasza jest bardzo względna i że w gruncie rzeczy jesteśmy egoistami, że uczucia nasze są zmienne i niestałe, że nie dochowujemy zwykle wierności nie tylko drugim, ale samym sobie.

Od podobnych przeżyć i rozczarowań co do samego siebie roi się w każdym żywocie. Człowiek na ogół mniema, że wystarczy chcieć być dobrym, aby nim być. Gdy przekona się jednak, że taka postawa jest złudna, zaczyna wątpić w wartość swoich uczuć i w sens walki o ich pielęgnowanie. Tymczasem, gdyby człowiek był rzeczywiście tak dobry, jak mu się to pierwotnie wydawało, gdyby nie był ograniczony złem, ułomnością i grzechem, to nie mógłby nigdy stać się cnotliwym ani wykształcić w sobie świętej osobowości. Nie ma bowiem cnót bez wysiłku i przewyciężenia siebie. Wrodzone uzdolnienia i zalety osobowości są darami natury — cnoty są osiągnięciami charakteru w ogniu ostrej walki i zmagania się z samym sobą. Ten ukryty sens trzeba dopiero odkryć, bo inaczej opadną ręce <sup>11</sup>.

Jest jeszcze jeden wycinek albo warstwa życia, które specjalnie domagają się sensu. Są to stany i okresy choroby i słabości. Jak żyć wtedy, gdy nie można działać, gdy się jest spętany siłą

<sup>10</sup> S. Szuman, dz. cyt., s. 13—16.

<sup>11</sup> Tamże, s. 17—18.

bezwład, bezradnością, niemożnością, cierpieniem? Jakże proste jest życie organizmu w pełni sprawnego, umysłu jasnego i zmysłów bystrych. Jak wszakże żyć wtedy, gdy każdy ruch ręki jest zadaniem ponad siły, jak żyć nie mogąc rozwiązywać swoich spraw o własnych siłach — jak wtedy tworzyć filozofię życia nadającą sens upośledzeniu, nieszczęściu, bezsilności?

Łatwo powiedzieć, że taki już jest los człowieka i zająć się sobą. Tymczasem nikomu taka sytuacja nie może być obojętna, choćby dlatego, że jutro też go może ona spotkać.

Gdy leżysz po operacji w szpitalu — to wizja jutrzejszego powrotu do „normy” nie pozwala ci wniknąć w czas człowieka bezsilnego i niesprawnego. Człowiek zawsze myśli o działaniu — uparcie, przekornie, czy chce czy nie chce, mierząc czas aktywnością i ilością dzieł. Tymczasem istnieje inny miernik ludzkiego czasu. Brak zdolności do działania stawia cię wobec testu twoich ludzkich zdolności, daleko poważniejszego niż rozprawianie się z czasem przez działanie. To przecież łatwo! Tu wiesz, co zrobić z codziennej rutyny, a tylko ludzka próżność i wrzask rynku sławią działanie jako wielkość człowieka. Wielkością prawdziwą jest znoszenie czasu bez zdolności do działania, wtedy gdy masz przed sobą tylko perspektywę, że jutro będziesz słabszy, jeszcze mniej zdolny do poruszania ręką. Ludzki czas mierzy się wtedy, gdy nic z nim zrobić nie możesz, gdy musisz słuchać szumu chwil do dna, do końca wysmakować każdą minutę w jej czystej postaci nie zabarwionej ani pracą, ani zabawą, ani upojeniem, ani cudzym urokiem. Gdy dążenia są żywe i głośnie, natarczywe i rozpaczliwe, a brak siły na najprostszy czyn, wtedy jesteś twarzą w twarz z czasem, z którym musisz sobie poradzić, dać radę sobie w tym czasie czystym, nie wypełnionym żadnym czynem dającym ujście dążeniom. Co robić i jak sobie radzić z czasem, obserwując bezsilnie proces niszczenia organizmu i nie mogąc mu przeciwstawić niczego, co by nadawało sens subiektywny życiu sprowadzonemu do bezsiły?

I oto w tej sytuacji ujawnia się wielkość człowieka, że i z tym sobie poradzi, że i takiemu życiu nadaje sens i znamiona ludzkiej siły i godności. Tu już nie walczy się z losem, tu już radzi się sobie z jego skutkami. I jeżeli człowiek leży bezsilny i bezradny, wydany na pastwę szybkiego niszczenia, i czuje, że to postępujące niszczenie jest sensem jego trwania, a on nie może mu przeciwstawić żadnego działania — wtedy musi zapytać, jaki jest sens istnienia, sens życia wynikający tylko z siebie samego, oddzielnego od ludzi i rzeczy barierą niemocy.

I jak wtedy nie tworzyć sobie wizji życia, która pozwoli przeciwstawić się okrucieństwu tego wymiaru? Wystawiony samotnie

na działanie czasu i pozostawiony sam ze swoim bezsilnym organizmem zostają poniekąd oczyszczony z tego, co z człowieka czyni społeczeństwo, przestają być człowiekiem będącym „całokształtem stosunków społecznych”, gdyż wyszedłem poza te stosunki. Muszę wtedy odnaleźć w sobie to wszystko, co czyni ze mnie człowieka, i muszę to wydobyć, rozwinąć i stworzyć sobie z tego definicję, wizję i filozofię siebie w tej postaci, w jakiej jestem. Bo przecież to wyłączenie mnie z krzyku placu i ze zbiegowiska ludzkiego, z jego spraw i zabiegów, przywraca mnie człowieczeństwu czystemu, istniejącemu mocą swej własnej natury i nie będącemu odbłaskiem innych ludzi i rzeczy. Jest to filozofia człowieczeństwa istniejącego poza działaniem, filozofia innego wymiaru, którą trzeba skodyfikować, zapisać, utrwalić. Niech wzbogaci wszystkich, niech uczy ludzi pokory i niech im pokaże te wartości, których nawet chrześcijaństwo nie umiało odkryć, traktując ludzi żyjących w tym świecie tylko jako nieszczęśliwych, godnych opieki i jałmużny<sup>12</sup>.

To nas przekonuje, że sytuacje szczególnie trudne, kryzysowe, przełomowe często prowadzą do formowania się nowych znaczeń, odkrywania nowych celów życia, a w ślad za tym, jeśli nowe cele są konstruktywne, idzie równowaga psychiczna, otwarcie się zupełnie nowych możliwości myślenia i działania<sup>13</sup>.

Omówione powyżej stany ducha, tak przecież pospolite w życiu prawie każdego człowieka, nasuwają dwa wnioski: kluczową rolę sensu życia na wszystkich skrzyżowaniach dróg życiowych oraz potrzebę refleksji nad tym tematem w każdej zrozumiałej formie, skoro zagadnienie jest tak wszechobecne w ludzkim losie. Wszystko przemawia za tym, by z tym pytaniem nie czekać aż je okoliczności czy wydarzenia narzucają, ale czynić je punktem wyjścia, określającym wstępnie nie tylko cele całego życia, ale także wszystkich jego poważniejszych zawierzeń oraz planów działań. Lecz bywa ono — niestety — często pytaniem spóźnionym: stawiamy je po faktach, po wydarzeniach, czasem wręcz dopiero u kresu życia. Wówczas jest ono także bardzo ważne i potrzebne; ale jakże często bywa wówczas zaprawione żalem i rozgoryczeniem. Angielskie przysłowie powiada: młodość — to wiek błędów, dojrzałość — walki, a starość — żalu<sup>14</sup>. W rzeczywistości jednak nigdy na to pytanie nie jest za późno, bo do ostatniej chwili życia można coś w sobie poprawić, byle tylko udało się to dostrzec.

<sup>12</sup> J. Szczepański, *Sprawy ludzkie*, Warszawa 1980, s. 255—264.

<sup>13</sup> K. Jankowski, *Od psychiatrii biologicznej do humanistycznej*, Warszawa 1975, s. 211.

<sup>14</sup> J. Kuczyński, *Sens życia*, s. 11.



## Ofiary kryzysu sensu życia

Kryzysy sensu życia można w prostej linii przyrównać do urazów psychicznych, zwłaszcza odnośnie do skutków. Utrata sensu życia może skończyć się katastrofą w postaci samobójstwa, może też do końca życia zostawić ślady na psychice; a może z niego ustrój sam się wyleczyć, co w przygniatającej większości ma właśnie miejsce.

Trudno stawiać jakieś ogólnie ważne twierdzenie o przyczynach samobójstw, niemniej pewną jest rzeczą, iż u podstaw większości z nich leży utrata sensu życia. Przeważnie sytuacje graniczne i głębokie kryzysy osobiste lub społeczne stawiają ludzi wobec pustki w sobie i wokół siebie, odbierając nadzieję i chęć do życia, które straciło wszelki urok i wartość, stając się bezsenssem i absurdem. Temat jednak samobójstw stał się obecnie problemem na skalę światową na skutek uniwersalnego zasięgu i ma swoją literaturę.

Sprawę samowyleczenia się z „normalnego” zachwiania równowagi ducha pod wpływem zaciemnienia sensu życia znamy także z osobistego doświadczenia. Najczęstszym źródłem bywa tu przeciążenie nerwowe i przemęczenie psychiczne, których echem jest utrata chęci do pracy i życia jako zjawisk bezsensownych i bezowocnych.

Pozostaje jeszcze trzecia ewentualność: pozostałości po przebytych kryzysach sensu życia, względnie czynniki do tych kryzysów prowadzące, czy je ułatwiające, albo im sprzyjające. Piękne myśli na ten temat zostawił prof. S. Szuman, lekarz i psycholog, w książeczce pt. Poważne i pogodne zagadnienia afirmacji życia. W jego oczach najbardziej sprzyjającym klimatem znalezienia i utrzymania sensu życia jest wtórna, świadomie wypracowana, dojrzała radość życia, którą on nazywa „afirmacją”, względnie potwierdzeniem życia. Na takie wtórne i pozytywne ustosunkowanie się do życia trzeba się dopiero zdobyć, trzeba je w sobie wykształcić, trzeba się nauczyć stwierdzać istnienie sensu życia. Taki dojrzały, pozytywny stosunek do życia, jest zarazem koniecznym warunkiem egzystencji, posiadającej poczucie swojego sensu. Zasadniczo negatywne poglądy na sens życia uniemożliwiają w dużej mierze postępowanie w życiu z wiarą w celowość własnych poczynań<sup>15</sup>. Jeżeli nie można obudzić i ugruntować pozytywnego stosunku do życia w sobie i w drugich, to trzeba w ogóle zrezygnować z pracy nad kształceniem charakteru, nad przygotowaniem jednostki do życia w zespole, z wysiłków dążących do wychowa-

<sup>15</sup> S. Szuman, dz. cyt., s. 117—118.

nia ludzi społecznie użytecznych i osobowości kulturalnie i duchowo dojrzałych. Życie staje się pozytywnie zrozumiałe dla tych, dla których jest dążeniem, pragnieniem, dla tych, którzy chcą żyć, działać i walczyć o coś w życiu. Poza tym sens życia jako immanentną jego treść przeżywamy wtedy, gdy wzbudza ono naszą ciekawość, nasze zainteresowanie, gdy wzrusza nas do głębi, gdy jest tajemnicą, którą pragniemy objąć, zrozumieć, zgłębić. Te dążenia i tendencje istnieją i rozwijają się w każdym życiu normalnym. Wtedy mówimy, że ten ktoś posiada „zmysł życia”<sup>16</sup>.

U wielu ludzi dorosłych pozornie pozytywny stosunek do życia jest w gruncie rzeczy najzupełniejszą jego negacją. Ludzie ci potwierdzają życie jedynie z obawy przed śmiercią. Jest to bezsprzecznie bardzo prymitywna, instynktowna i nieuduchowiona miłość istnienia jako takiego. Istotą jej jest trwożne, kurczowe trzymanie się życia nie dlatego, co jest pełną, posiadającą sens wartością, lecz dla uniknięcia śmierci mającej wszelkie pozory zła — większego jeszcze niż życie. Ludzie żyją nieraz tylko ze strachu przed śmiercią. Nie rozumieją sensu i wartości istnienia. W porównaniu z nieistnieniem, zgaśnięciem i rozplynięciem się bez śladu, nawet głupie, męczące istnienie wydaje się rozkoszą. Rozkoszą wydaje się czuć i widzieć, że się jeszcze nie umarło, że jeszcze jeden dzień ukradło się śmierci. Egzystencja jako taka nie jest właściwym celem i sensem życia, nie jest nim w każdym razie dla istot świadomych, uduchowionych, szukających odpowiedzi na pytanie o sens istnienia.

Ponieważ świadomość sensu życia jest jedną z najważniejszych sił napędowych aktywności człowieka, nic dziwnego, że najcięższą formą globalnej negacji wszystkiego jest właśnie negacja sensu życia. Czy można coś powiedzieć na temat jej źródeł?

W grę mogą wchodzić motywy emocjonalne albo racjonalne, albo jedno i drugie. Do emocjonalnych należy zniechęcenie do życia, mające swe źródło w znużeniu, w przemęczeniu, w zaniku zainteresowań życiowych, w beznadziejności, w uczuciu monotonii i pustki istnienia. Bardziej racjonalną niż emocjonalną jest rozpacz spowodowana utratą wiary w życie i zasadnicze zwątpienie w sens istnienia, aczkolwiek uczucie rozpacz jako takie jest objawem wyraźnie emocjonalnym.

Znużenie życiem jest naturalnym zjawiskiem towarzyszącym starości i nie należy go oceniać wyłącznie ujemnie. Tego rodzaju znużenie może ułatwiać rozstanie się z życiem jako z zadaniem już wyczerpanym, ukończonym i wykonanym. Dzieło pozostaje, a twórca usuwa się i przestaje już pracować, spełniwszy swój cel.

<sup>16</sup> Tamże, s. 118—119.

Pod względem fizjologicznym znużenie i zmęczenie życiem następuje skutkiem wiotczenia organicznych i biologicznych energii życiowych. Jako zjawisko psychologiczne, znużenie starcze jest przede wszystkim następstwem nasycenia doświadczeniami życiowymi. Nowe przeżycia przestają być interesujące. Tymczasem człowiek dojrzały, a bardziej jeszcze starzec, ma za sobą już nadmiar doświadczeń i przeżyć, jest zmęczony — zarówno pracą, jak jej zdobyciami. Stan ten nie jest samym tylko nasyceniem i zaspokojeniem osobistych ambicji. W człowieku starzejącym się pytania o sens życiowej walki i o cel życiowego trudu, mierzonych w świetle zadań stanu i powołania, dopominają się coraz gwałtowniej osobistej odpowiedzi, stają się pytaniem coraz bardziej zasadniczym.

Znużenie życiem jest normalnym zjawiskiem u starego człowieka, ale jak należy rozumieć i tłumaczyć przedwczesne znużenie życiem u młodzieży i u ludzi w wieku dojrzałym, o którym świadczą powszechne narzekanie i wzrost liczby samobójstw i to w krajach najbardziej rozwiniętych? Problemu tego dotkniemy tylko od strony psychologii, w nawiązaniu do sensu życia. Nie usprawiedliwionym uproszczeniem byłoby wiązanie takiego stanu ducha wyłącznie z utratą poczucia sensu życia. Pośrednio jednak nietrudno dojść do takiego wniosku, gdy się zważy niewłaściwe rozumienie sensu życia, przejawiające się w podstawianiu pseudowartości jako jego celu. Sens życia wtedy istnieje, ale niewłaściwy, krótkowzroczny, niewspółmierny do jakości i wielkości potrzeb. Każdy człowiek jest w pewnej mierze rozczarowany życiem, bo nie spełniło ono w pełni jego pragnień czy planów. Ale to rozczarowanie jest poniekąd częściowe, dotyczy niektórych tylko potrzeb i niektórych aspektów życia. W takich wypadkach jedynym ratunkiem jest głęboki i dalekosiężny sens życia, by — po odpadnięciu zeschniętych liści — pozostał żywy pień życia, który wyda nowe odrośla. W wypadku jednak zbyt powierzchownego sensu życia i za mocnego stawiania na jego korzyści pozostaje tak gorzkie rozczarowanie do całego życia, że zostawi trwałą ślad na psychice w formie mniejszych lub cięższych zbroczeń psychicznych. Profesor S. Szuman opisuje kilka z nich <sup>17</sup>.

Gdy wystąpi przedwczesny zanik zainteresowań, wtedy rodzi się postawa zblazowania. Człowiek zblazowany nie dostrzega dookoła siebie rzeczy nowych, godnych przeżycia. Wszystko wydaje mu się znane, nudne. Stępioną wrażliwość podnieca sztucznie, posługując się największymi dawkami niezwykłych, nienaturalnych podniet, np. narkotyków.

17 Tamże, s. 25—30; s. 126.

Oportunistą nie wierzy w dalsze i głębsze wartości życia i ducha, bo albo ich sam nie doświadczył, albo został przez innych zwiedziony i oszukany ich pozorami i pretekstem. Dlatego zapewnia sobie doraźne, każdorazowe szczęście, gdzie i jak tylko można. Odmian oportunistów jest nieskończenie wiele. Zasada jest ucieczka przed cierpieniem w przyjemność, przed nieuniknioną powinnością życia w wygodę, przed jego grozą w oszołomienie, przed jego burzą w zacisze sobkostwa, w małżowinę sybarytyzmu, przed jego niepojętym rozmiarem w ciasnotę epikurejskiej filozofii. Oportunistą schodzi z życia z drogi, chodzi wiadomymi mu własnymi ścieżkami, o ile możliwości z dala od nędzy bliźnich i poza zasięgiem głosu natrętnego sumienia. Biedę własnego życia zbywa jałmużną, byle się jak naprędzej oddaliła przed jego oczu.

Cynik życie znienawidził, rozczarowawszy się nim bez reszty. Nienawidzi on przede wszystkim wiary, która była źródłem wszelkich rozczarowań i doprowadziła go niemal do rozpacz, gdy stała się niewiarą i nihilizmem. Cynizmem broni się jeszcze cynik do ostatka przed rozpaczą, mszcząc się na wszystkim, co jeszcze zdrowe i ufnie żyje, kwitnie, owocuje — za pokonaną wiarę, za nędzę bez wiary. Cynizm jest pesymizmem gadzinowym. Złamał skrzydła, stracił wzrok, cynizm kąsa znienawidzone życie ostatnią bronią, zatrutym żądłem, kalecząc i zohydzając jadowitą śliną. Cynizm jest największą biedą, zdruzgotaną miłością, która się przeistoczyła w samą nienawiść. Gdyby człowiek tak nie miłował prawdy, jak miłuje, gdyby nie wierzył tak w dobro, jak wierzy, nie mógłby nigdy stać się cynikiem.

Rozpacz jest najstraszniejszym ciosem, jaki może zadać los człowiekowi. Jest wygaszeniem wewnątrz i na zewnątrz człowieka wszystkich światła, poza uporczywym, nieustannym i obsesyjnym głosem, by z tą ciemnością skończyć w niebycie. Nad nią nie ma co się rozpisywać, bo sztuki dramatyczne i tragedie po mistrzowsku oddają wszystkie jej aspekty i wymiary. Żywy ustrój chyba ją intuicyjnie wyczuwa i przewiduje, broniąc się przed nią nawet zblazowaniem, cynizmem czy oportunistem.

Profesor S. Szuman proponuje trzy drogi odnalezienia sensu życia i zapobieżenia opisanym powyżej anomaliami. Pierwsza emocjonalna: przyjmować samo życie jako wartościowy dar i cieszyć się jego dobrami. Z tej bezpośredniej radości życia wynika wtórnie afirmacja życia jako przemyślana i zaakceptowana aprobata jego wartości i sensu.

Drugą drogą zdobycia sensu życia jest umiłowanie celu i zadania, które zamierzamy wykonać jak najstaranniej, co w etyce religijnej nazywa się pełnieniem powołania.

Trzeci sposób odkrycia sensu życia polega na wytknięciu sobie

celów, które w ten czy inny sposób leżą poza metą naszych osobistych interesów i naszego mniej lub więcej egoistycznego pragnienia szczęścia. Takie cele przekraczają indywidualny cel życia; w tym znaczeniu nazwiemy je celami transcendentnymi. Według etyki chrześcijańskiej, takim celem jest naśladowanie w świętości osoby Jezusa Chrystusa, pociąganie na tę drogę innych, by razem otrzymać wieczną nagrodę w postaci posiadania i obcowania z Bogiem twarzą w twarz po wszystkie czasy.

Opisane powyżej przypadki, choć są odchyleniami od rozumnej normy postępowania, nie są jednak kwalifikowane jako psychiczne choroby czy zbroczenia. Tymczasem współczesna psychiatria odkryła wśród chorób psychicznych nowy rodzaj anomalii, zwany „pustką egzystencjalną”. Mowa tu o nowej gałęzi psychiatrii, wyrosłej z pnia psychoanalitycznego. Wiktor Emil Frankl, psychiatra wiedeński, wysunął „dążenie do znalezienia sensu życia” jako trzecią podstawową potrzebę ludzką obok freudowskiego „dążenia do rozkoszy” i adlerowskiego „dążenia do mocy”<sup>18</sup>.

Profesor W. Frankl na podstawie własnych przeżyć obozowych (Oświęcim, Dachau) oraz bogatej praktyki klinicznej doszedł do stwierdzenia, iż duży procent pacjentów psychiatrycznych zapada na psychiczną chorobę na skutek utraty sensu życia. Tę chorobę nazwał on „nerwicą neogenną” — nerwicą powstałą z braku sensu życia, a stan z tego powstały — „pustką egzystencjalną”<sup>19</sup>. Niemożność zaspokojenia dążenia do sensu życia Frankl nazywa „frustracją egzystencjalną”. Powstaje ona wtedy, kiedy człowiek zaczyna wątpić w sens swego istnienia, kiedy dotychczasowy sens jego bytu staje się wątpliwy; stracił bowiem swoje uzasadnienie i człowiek nie wie, co dalej robić; lub kiedy w ogóle zaczyna wątpić we wszelkie racje swojego życia. Frustracja egzystencjalna, sama w sobie, nie jest jeszcze zjawiskiem patologicznym, może jednak w pewnych okolicznościach stać się czynnikiem patogenym i w konsekwencji wywołać nerwicę lub depresję z tendencjami samobójczymi. Powstała w ten sposób nerwicę Frankl nazywa „nerwicą neogenną”<sup>20</sup>. Podejście terapeutyczne, które ma znaleźć wyjście z frustracji egzystencjalnej, Frankl nazywa „logoterapią” — leczenie przez znalezienie sensu życia. Logoterapia nie jest próbą narzucenia pacjentowi z zewnątrz jakiegoś sensu życia; chce natomiast uczynić go zdolnym do znalezienia swego konkretnego, indywidualnego sensu. Człowiek może nadać sens

<sup>18</sup> S. Kratochvil, *Psychoterapia*, Warszawa 1978; s. 114; por. V. E. Frankl, *Nadać sens życiu* — wywiad z prof. V. E. Franklem, *Życie i Myśl* 4 (1973) 16—22.

<sup>19</sup> V. E. Frankl, *Egzystencjalna pustka*, *Życie i Myśl* 5 (1973) 46—51.

<sup>20</sup> S. Kratochvil, dz. cyt., s. 115.

swemu życiu poprzez realizowanie wybranych wartości. Dlatego też logoterapia pomaga przede wszystkim pacjentowi rozszerzyć jego system wartości<sup>21</sup>.

Znamienna jest wypowiedź Frankla o sobie: „O ile istnieje coś, co sprawia, że człowiek może sprostać takiej sytuacji granicznej, jaką jest obóz koncentracyjny, to jest tym jego wiedza o konkretnym i osobistym sensie jego istnienia”<sup>22</sup>.

### Sens życia psychologiczną potrzebą człowieka

Ludziom, którzy nie odczuli na własnej skórze udręki bezsensu życia (a takich jest przygniatająca większość), może się wydać, że teoretyczne rozprawianie o sensie życia stanowi rodzaj umysłowej rozrywki czy myślowego sportu. Tymczasem pozycja tak właśnie myślących nie wydaje się usprawiedliwiona, choć dość wygodna, bo beztraska. Mogą oni biernie tkwić na pozycjach dzieciństwa z tradycyjnym poglądem na sens życia, zwykle mało plastycznych wychowawczo, często nie przystosowanych do nowej rzeczywistości, zamarłych w dziecinnej treści i formie. Najślabszą stroną takiej postawy konsumpcyjnej jest zatrzymanie się w miejscu, gdy wszystko idzie naprzód. Przy ich nastawieniu trudno mówić o rozwoju myśli, o sensie życia czy o jakiejś pozytywnej, twórczej i odkrywczej innowacji w podejściu do tego problemu.

Dzisiaj jednak coraz mniej ludzi jest już w stanie utrzymać się w tych „okopach św. Trójcy”. Nauki humanistyczne przetrząsnęły pozytywy i negatywy ludzkiej psychiki, i wyjaśniają coraz więcej jej zagadek. Nie ostał się także temat „sensu życia”, którym zajęły się głównie: psychologia, socjologia i psychiatria. Ich stwierdzenia są zgodne: poznanie sensu życia jest potrzebą psychologiczną.

Oto stanowisko psychologii: Analizując życiorysy twórców, artystów, poetów, czy reformatorów społecznych, nieraz stwierdzamy, że widzieli oni sens swego życia w działalności twórczej. Inaczej mówiąc, byli przekonani, że właśnie ta działalność uzasadnia ich istnienie w społecznej rzeczywistości, że istnieją właśnie po to, aby dane wartości realizować. Wydaje się, że mamy tu często do czynienia ze specjalnym rodzajem potrzeby orientacyjnej, w której przedmiotem poznania stajemy się my sami, a raczej sens naszego istnienia w rzeczywistości<sup>23</sup>. Dlatego potrzebę sensu życia uważa się tu za potrzebę specyficznie ludzką obok potrzeby poznawczej i potrzeby kontaktu emocjonalnego<sup>24</sup>. Potrzeba sensu

<sup>21</sup> Tamże, s. 116.

<sup>22</sup> V. E. Frankl, *Siła do życia*, Znak 151 (1967) 41.

<sup>23</sup> K. Obuchowski, dz. cyt., s. 146.

życia jest potrzebą cechującą dorosłego człowieka; bez jej zaspokojenia nie może on funkcjonować normalnie, nie może zmobilizować wszystkich swoich zdolności w maksymalnym stopniu; zaspokojenie zaś to polega na uzasadnieniu sobie w jakiś sposób sensu swego bytu, wytyczającego jasny, praktyczny i możliwy do zaaprobowania przez siebie kierunek działania <sup>25</sup>.

A oto opinia socjologii: Zarówno w studiach historycznych, jak i w biografiiach napisanych przez historyków, oraz w autobiografiach pisanych przez ludzi pióra i nauki czy przez niewykształconych chłopów — można odtworzyć ten proces wtórnie konstruowany, często z racjonalizacji, nadawania życiu kierunku i sensu czerpanego ze znajomości siebie, przymierzania go do sensu istnienia przyrody, społeczeństwa, świata wartości religijnych i ziemskich. Wydaje się, że pytanie o siebie samego, o sens własnego życia i istnienia, celowość własnej działalności jest nieodłączną, powiedziałbym gatunkową, cechą człowieka <sup>26</sup>.

Logoterapia wykazuje, że sens życia jest czynnikiem prawidłowego rozwoju i funkcjonowania psychiki człowieka. Chodzi bowiem o to, że człowiek pozbawiony wiary w sens istotny życia, w sens jeszcze życiu immanentny, a zarazem życie przekraczający, nie może się rozwijać zdrowo i szczęśliwie <sup>27</sup>. Znalezienie sensu swojego życia jest więc niezbędnym warunkiem normalnego funkcjonowania, tj. dokonania takiej koncentracji wszystkich zdolności, aby można było powiedzieć, że zostały one wykorzystane. U normalnego dorosłego człowieka jedynym kierunkiem działania, mogącym zapewnić wyższe, dojrzałe formy zachowania, jest kierunek wyznaczony przez potrzebę sensu życia <sup>28</sup>.

Istnieniem potrzeby sensu życia można wyjaśnić zjawisko twórczości zarówno artystycznej, jak i życiowej czy moralnej. Potrzeba jest wyrazem braku i pcha ustrój do usunięcia tego braku czyli zaspokojenia potrzeby. Jeżeli ktoś zda sobie sprawę, że cały sens jego istnienia polega na polepszaniu warunków życia ludzi, na poznawaniu nowych prawd, na realizacji nowych wartości itd., wówczas nastawi swoją działalność na te sprawy. Jeśli będzie dysponował on również niezbędnymi możliwościami intelektualnymi i moralnymi, stanie się twórcą: społecznym, naukowym, artystycznym, moralnym reformatorem itp. Zaspokojenie potrzeby wpływa z pewnością na optymalną wydajność jednostki. Kto wie, po co pracuje, będzie lepiej i owocniej pracował niż osobnik bez takiej wiedzy <sup>29</sup>.

<sup>24</sup> Tamże, s. 148.

<sup>26</sup> J. Szczepański, *Sprawy ludzkie*, s. 44—45.

<sup>25</sup> Tamże, s. 203.

<sup>27</sup> S. Szuman, dz. cyt., s. 16.

<sup>28</sup> K. Obuchowski, dz. cyt., s. 204; s. 202.

<sup>29</sup> Tamże, s. 147.