

JOANNA DZIERŻANOWSKA-PESZKO

Opole, UO

ROLA WARTOŚCI I POCZUCIE SENSU ŻYCIA W UJĘCIU NOOTEORII V.E. FRANKLA

1. Wielowymiarowość egzystencji ludzkiej – 2. Podstawowe jakości podmiotowo-osobowej egzystencji – 3. Miejsce wartości w ludzkiej egzystencji – 4. Poczucie sensu życia i jego znaczenie w życiu człowieka

Przedmiotem zainteresowań i badań prowadzonych w oparciu o założenia nooteorii są m.in.: analiza ludzkiej egzystencji, analiza sposobów bycia i stawiania się człowieka jako podmiotu osobowego. Nooteoria obejmuje badanie ludzkich potrzeb, dążeń i odniesień (Crambaugh, 1980; Frankl, 1967; 1978; 1980; Popielski, 1987; 1994; 1996; 1997). Szczególne miejsce zajmują tu zagadnienia związane z kształtowaniem się osobowości, z rolą i znaczeniem wartości w jej rozwoju, a zwłaszcza zagadnienia związane z poszukiwaniem i odnajdywaniem sensu życia.

K. POPIELSKI (1994, s. 12) mówi o nooteorii jako o koncepcji, która „(...) ustosunkowuje się do zagadnień tworzących następującą sekwencję problemów: podmiot – doświadczenie – wartości – sens”

Prof. V.E. Frankl (1984) poddaje krytyce modele egzystencji traktujące człowieka biologicznie i mechanistycznie. Krytykuje, wskazując na redukcjonistyczne ujęcie człowieka, wszelkie „-izmy” — w tym: fizjologizm, socjologizm i psychologizm. Fizjologizm, który uznaje w człowieku tylko mechanizmy i chemizm. Socjologizm, który widzi w człowieku tylko kłębowisko sił społecznych. Natomiast psychologizm za to, że przedstawia człowieka jako automatyzm, aparat psychiczny, a jego życie psychiczne jako grę sił popędowych. W tym ujęciu człowiek pozbawiony zostaje autonomii, nie sposób w ogóle mówić o egzystencji duchowej.

Nooteoria odrzuca redukcjonistyczne traktowanie człowieka, podkreślając iż skutkiem redukcji i sprowadzenia ludzkiej egzystencji do problemów somatycznych i popędowych jest niemożność mówienia o poczuciu odpowiedzialności i powinności przez człowieka, o świadomości wartości. „Somatyczno-popędowy” człowiek nie jest w stanie dotrzeć do sfery logosu (sensu), a przez to odpowiedzieć na pytania, które życie mu stawia, nie jest zdolny zaangażować się w problemy, które życie ze sobą niesie, w miłość, w realizację wartości, nie potrafi sprostać cierpie-

niu losowo koniecznemu. W poddanych krytyce podejściach pomija się zatem ten wymiar, dzięki któremu człowiek jest i staje się człowiekiem, a nie przedmiotem. Ujmuje się człowieka w sposób niepełny i zniekształcony, nie dostrzega się tego, co jest podstawą człowieczeństwa.

1. Wielowymiarowość egzystencji ludzkiej

Posługując się sformułowanymi przez siebie prawami antropologii przestrzennej, Frankl (1971) przedstawia specyfikę ludzkiej egzystencji. Nowa koncepcja (w przeciwieństwie do wcześniej istniejących) ujmuje człowieka wielowymiarowo. Podkreśla rolę i znaczenie wymiaru specyficznego i przysługującemu tylko człowiekowi — wymiaru duchowego (noetycznego). Jego istnienie jest gwarantem „otwartości” człowieka, jest podstawą jedności ludzkiego sposobu bycia, jednocząc w sobie: *soma*, *psyche* i to, co duchowe.

Podmiotowo-osobowa jednostka nie jest sumą części. Jest czymś więcej niż tylko organizmem integrującym w sobie struktury fizyczne, odruchy, emocje, popędy i procesy umysłowe. Osobowość jest dynamiczną organizacją trzech wymiarów: somatycznego, psychicznego i noetycznego, które stanowią jedność ontycznie zróżnicowaną (Popielski, 1998c). Zachodzące między tymi wymiarami relacje są komplementarne, aktywne i twórcze (Popielski, 1994). Osobowość stanowi całość ustrukturyzowaną wewnątrznie, poszczególne jej elementy przenikają się wzajemnie, nachodzą na siebie, ale jednocześnie pozwalają się określić i wyróżnić (Popielski, 1998c). Ponieważ człowiek należy do „przestrzeni noologicznej”, stąd również ludzkie życie: wszelkie ludzkie motywacje, dążenia i działania noszą znamiona egzystencjalnej całości.

Nooteoria koncentruje się na specyficznym ludzkim sposobie spełniania się w świecie, które określa jako „bycie w świecie” (Frankl, 1979; Popielski, 1987; 1989; 1994). Być człowiekiem znaczy wychodzić poza samego siebie. Człowiek nie jest relacją, ale jest podmiotem relacyjnym, jest zdolny do wchodzenia w relacje z innymi osobami. Tylko człowiek obdarzony jest zdolnością do samotranscendencji, do przekraczania własnych ograniczeń: biologicznych i psychologicznych, a czyni to poprzez ukierunkowywanie się „ku...” Ukierunkowanie się ku innym, ku wartościom, ku światu wypływa z samej wyjątkowości człowieka, z tego, że jest on osobą (Frankl, 1984), podmiotem osobowym (Popielski, 1994). Nie można zaprzeczyć samotranscendencji egzystencji, gdyż to redukuje ludzkie bycie do rzeczy, a tym samym zamyka „drzwi” ku wartościom i sensowi, a motyw ludzkiego postępowania sprowadza do procesów warunkowych. Świat natomiast zawiera wartości, motyw i sensy, które człowieka pociągają. Ujmując człowieka jako system zamknięty, zaprzecza się jego otwartości, dostrzega się tylko siły, które człowiekiem kierują, nie widzi się motywów, które stanowią dla niego wyzwanie. Szczególne znaczenie ma dla człowieka świadomość, że istnieje coś więcej niż

świat rzeczy, że poza światem materialnym leży inny świat, który to świat Frankl (1984) nazywa światem sensu, wartości, idei, celów i dążeń. Człowiek sięga do tego niewidzialnego świata, wychodząc tym samym poza wymiar zwierzęcy, wznosząc się ponad wymiar ludzkich uwarunkowań.

W logoteorii człowiek jest określany bardziej jako „poszukujący sensu” niż „poszukujący siebie” (Frankl, 1980). Im bardziej zapomina o sobie, oddając siebie dla kogoś, tym bardziej staje się ludzki; im bardziej włącza się i absorbuje w coś lub kogoś innego niż on sam, tym bardziej staje się sobą. Człowiek nie poszukuje przede wszystkim przyjemności w otaczającej go rzeczywistości, ale przyjemność i szczęście są efektem ubocznym samotranscendującego istnienia (Frankl, 1977b).

Od samego człowieka zależy, jaką wartość (w sensie jakości) będzie miało jego życie. „To nie człowiek powinien oczekiwać czegoś od życia, ale to właśnie życie oczekuje czegoś od człowieka” (Frankl, 1980, s. 23). Zadaniem człowieka jest odkryć to „coś”, współpracować z życiem, nie tylko przyjmując postawę akceptacji wobec własnego cierpienia, ale wnosząc nadzieję na poprawę i uwolnienie się od tego stanu, odnajdując w cierpieniu sens. Według Frankla (1975) zadaniem człowieka jest nie tyle stawianie pytania o sens życia, co poszukiwanie i udzielanie na to pytanie odpowiedzi. Człowiek odpowiada na pytania życia „tu i teraz” W jego odpowiedzi zawarta jest zawsze konkretność osoby i konkretność sytuacji, w którą człowiek jest włączony. Sens jest tak samo osobisty, jak osobiste jest ludzkie życie, indywidualne braki i wady, osobowe potencjalności i możliwości, indywidualne relacje z innymi, zadania, cierpienie, poczucie winy, jak indywidualna jest egzystencja.

Logoterapia nie bazuje na psychologicznych kompleksach i traumach z przeszłości (jak np. psychoanaliza), ale korzysta z konfliktów wartości i świadomości terażniejszości (Kempe, 1980). Samozadowolenie i samosatysfakcja nie mają tu tak wielkiego znaczenia, jak dotarcie do sensu i realizacja wartości. Logoterapia różni się także od innych terapii, ponieważ nie ujmuje cierpienia i frustracji egzystencjalnej jako patologicznych, ale jako rezultat kryzysu duchowego, któremu człowiek musi stawić czoła. Struktura noetyczna jest tą strukturą w człowieku, która nie może być chora. Ludzkie ciało i psychika mogą chorować, ale nigdy *nous*. Dlatego sens ma terapia, gdyż zawsze można się odnieść do czegoś, co jest w człowieku nienaruszone: poza symptomami psychosomatycznych zaburzeń istnieje człowiek noetyczny, który jest zdrowy. Gdyby pominąć wymiar duchowy, bezcelowa stałaby się „reperacja” tylko psychofizycznego organizmu.

2. Podstawowe jakości podmiotowo-osobowej egzystencji

Według koncepcji nooteorii egzystencję ludzką charakteryzują trzy fenomeny: duchowość, wolność i odpowiedzialność (Popielski, 1989). Ich obecność uwidacznia się szczególnie wyraźnie w potrzebie realizowania wartości oraz w potrzebie

odkrywania, rozumienia i spełniania sensu życia. Duchowość według Frankla jest specyficznym ludzkim wymiarem egzystencji. Wymiar duchowy (noetyczny) zawiera w sobie prawdziwie ludzkie zjawiska (np. wartość, sens). W związku z noetycznym wymiarem ludzkiej egzystencji człowiek sam siebie określa, sam się staje. Przez to stwarza i strukturalizuje własną osobowość. Stąd też nieuprawnione wydaje się być twierdzenie o biologicznym, czy psychicznym determinizmie. Człowiek wznosi się ponad wymiar somatyczny i psychiczny, znajduje odniesienie dla własnej egzystencji poza tę egzystencją. Posiadanie wymiaru noetycznego obdarza człowieka zdolnością przeżywania miłości, której logos i nooteoria nie interpretują jako epifenomenu popędów seksualnych, ani też jako sublimacji instynktów. Frankl (1977; 1984) przyznaje miłości szczególną rolę jako jakości, która stanowi o sensie bytu. To ona uczy dostrzegania wartości, a jej rozkład nieodzownie pociąga za sobą degradację dążenia do sensu. To miłość powinna być podstawą ludzkich wyborów i decyzji. Przez miłość człowiek odnosi się z szacunkiem do wyjątkowości swego obiektu, dostrzegając wyjątkowe, jeszcze nie zaktualizowane potencjalności drzemające w ukochanej osobie. Dopiero, gdy się kogoś kocha, można być w pełni świadomym jego istoty. To dzięki obecności wymiaru noetycznego możliwe staje się przekształcenie doznania uczuciowego przez nadanie mu osobowej formy przeżycia, np. miłości (Popielski, 1998c). POPIELSKI (1998b) noetycznemu wymiarowi osobowości nadaje miano „adresata życia religijnego”. Treści tego wymiaru są odpowiedzialne za życie religijne człowieka. Z nim łączą się najgłębsze potrzeby religijne: potrzeba *sacrum*, Transcendencji, potrzeba bezpieczeństwa ontycznego (nieśmiertelności), potrzeba sensu i wartości własnej egzystencji. W bycie duchowym zawiera się również intencjonalność. To dzięki temu człowiek dąży do sensu i do wartości, jest zdolny do odstony rzeczywistości i jej sensu (Frankl, 1984). Jeżeli pominiemy wymiar noetyczny, człowiek pozostaje ofiarą własnych instynktów i reakcji, produktem własnych popędów, dziedziczności i środowiska. Według nooteorii to właśnie duchowość jest odpowiedzialna za zdolność człowieka do walki o sens własnego życia, o prawo wyboru wartości i prawo realizowania ich. Za SCHELLEREM Frankl (za: Galarowicz, 1997) powtarza, że ludzki duch nie jest bezsilny. Ma moc, bo mocy i siły wymaga walka ze słabościami, złymi skłonnościami i nawykami, a także to, co jest specyficznym ludzkim i przysługuje tylko człowiekowi: pojednanie, przebaczenie, wyjście naprzeciw... Nooteoria, jako koncepcja sięgająca w swych założeniach do filozofii egzystencjalnej, uczy, że jednostki ludzkie są wolne w dokonywaniu wyborów. Można powiedzieć, że ludzka wola jest zawsze w swej pierwotnej głębi wolna. Frankl (1978) podkreśla, że w wymiarze fizycznym i psychologicznym kryje się determinowane funkcjonowanie. Wolność możliwa jest jedynie w sferze noetycznej — wymiarze ludzkim. Na poziomie ciało — umysł mamy do czynienia z j e d n o ś c i ą m i m o r ó ż n o r o d n o ś c i, ale jeżeli dotykamy problemu wolnego wyboru — mówimy o w o l n o ś c i mimo determinizmu. Człowiek nie jest wolny od swych uwarunkowań, ale jest wolny w przyjęciu postawy wobec nich. To od niego zależy, czy podda się uwarunkowa-

niom, czy wzniesie się ponad nie. To nie człowiek jest podległy własnym uwarunkowaniom, ale uwarunkowania podlegają jemu. Wolność jest zawsze „od” i „do” czegoś (Frankl, 1980). „Od czegoś” oznacza wolność człowieka kierowanego instynktami, wolność „do czegoś” to jego bycie odpowiedzialnym, to życie świadome. Aby wyjaśnić wolność człowieka, należy wziąć pod uwagę egzystencjalną jakość ludzkiej rzeczywistości; aby wyjaśnić „bycie odpowiedzialnym” człowieka, trzeba rozważyć transcendentną jakość świadomości. Świadomość jest głosem transcendencji, będąc sama w sobie transcendentną. Popielski (1996a, s. 33) dookreśla wolność pojęciem „podmiotowo-osobowa”. To wolność, której nie wolno absolutyzować, ale którą należy traktować jak inne jakości ludzkiej egzystencji, jak np. godność, miłość, cierpienie. „Ludzka wolność, wewnętrzne przekonanie o jej bezwzględnej potrzebie, ma dla człowieka większą siłę motywacyjną, niż jej zewnętrzne ograniczanie” (Popielski, 1996a, s. 34). Wola jest głównym czynnikiem, który pozwala odkryć sens, zwłaszcza w sytuacjach wydawałoby się najbardziej beznadziejnych. Ponieważ nie można przeprowadzić wyraźnej granicy między kontrolowanym i niekontrolowanym zachowaniem, konieczne jest zaakceptowanie odpowiedzialności za wszystkie nasze działania. Człowiek musi zaakceptować wolność, jaką posiada w sposób naturalny. Wolność, której nikt i nic nie może mu odebrać, ale w związku z którą sam ponosi całkowitą odpowiedzialność za swoje życie (Crumbaugh, 1980). W nooteorii podkreśla się to, że człowiek sam, poprzez własne wybory, decyzje i wybory, rozstrzyga o sobie, pieczętuje swój los. Człowiek spełnia się poprzez dążenia, które sobie stawia i które realizuje. Nikt nie może dokonać wyboru za kogoś, każdy tworzy własną historię i każdy sam musi odnaleźć cel i sens swego życia. Odnalezienie sensu zakłada wolność człowieka w dokonywaniu wyborów, a od tych wyborów z kolei zależy jego przeznaczenie (Crumbaugh, 1980). Świadomość wolności i odpowiedzialności, jako konstytuująca autentyczną naturę ludzką, musi zostać przeciwstawiona neurotycznemu fatalizmowi.

Podobnie jak wolność niewiele znaczy, a właściwie nie znaczy nic, gdy nie jest wolnością „do czegoś”, podobnie nie można mówić o prawdziwej odpowiedzialności, gdy nie jest odpowiedzialnością „za coś” i „przed kimś”. Nasza odpowiedzialność jest zawsze odpowiedzialnością *ad personam* oraz *ad situationem* (Frankl, 1980).

3. Miejsce wartości w ludzkiej egzystencji

Wartości są ściśle związane z ludzką egzystencją. Stanowią dla niej punkt odniesienia. Tworzą rzeczywistość, w której człowiek uczestniczy, do której dąży (Popielski, 1996b). Hierarchia wartości, jaką człowiek przyjmuje, wyznacza kierunek jego indywidualnego rozwoju, jego osobowego stawania się.

Wartości (jak i sens) nie są mechanizmami obronnymi (Frankl, 1977a). Człowiek bowiem jest zdolny wartościami żyć, a nawet umrzeć za swoje idee i wartości.

Prawdopodobny jest przypadek, kiedy zaangażowanie człowieka w wartości jest tylko pozorne, jest kamuflażem ukrytych, wewnętrznych konfliktów. Ale to tylko wyjątek w regule, a nie reguła w ogóle. W takich przypadkach można mówić tylko o pseudowartościach, które muszą zostać zdemaskowane. Zarówno pseudowartości, jak i antywartości („wartości” ze znakiem minus) nie służą rozwojowi egzystencji, osobowemu stawaniu i spełnianiu się człowieka (Popielski, 1987a).

Wartości nie funkcjonują na zasadzie popędów. Nie popychają człowieka, ale go pociągają, stanowią dla niego wyzwanie i podstawę rozliczania się ze sobą. Zatem nie mogą wyrastać z jego własnego *selfu*. Człowiek nie projektuje, ani nie stwarza wartości. Gdyby idee i wartości były niczym więcej, jak tylko projekcją człowieka, nie stanowiłyby dla niego wyzwania aby po nie sięgać, a życie nie byłoby niczym więcej jak tylko samoekspresją *selfu* (Fabry, 1968). Żaden człowiek, który odkrywa sens i doświadcza wartości, nie doświadcza ich uwarunkowany jedynie swoimi wewnętrznymi warunkami. Wartości żyją poza człowiekiem. Człowiek dochodzi do egzystencjalnego rozumienia ich znaczenia, kiedy ich doświadcza, ocenia, gdy je interioryzuje, gdy stają się one normami jego postępowania. Wtedy można mówić o doświadczeniu ich jako „treści naturalnych wewnętrznej aktywności jednostki i jej sposobu odnoszenia się «ku...» rzeczywistości” (Popielski, 1994, s. 129). To, że człowiek jest przez wartości pociągany, znaczy, że istnieje wolność: wolność człowieka do podjęcia wyboru między przyjęciem wartości i ich odrzuceniem.

Nie istnieje w człowieku nic, co można byłoby nazwać „popędem moralnym” lub „popędem religijnym” (Frankl, 1977a). W przypadku wartości nie można mówić o determinizmie, tak jak mówimy o determinowaniu człowieka przez podstawowe instynkty. Człowiek nie jest kierowany przez „popęd moralny”, ale sam podejmuje decyzję o swoim moralnym zachowaniu i rozwoju. Z kolei decyzji tej nie podejmuje po to, aby zaspokoić popęd moralny, aby uniknąć wyrzutów sumienia, nie robi tego z obowiązku, ani z miłości do kogoś, nie robi tego nawet dla Boga. Wypływa to z jego ludzkiej, wewnętrznej potrzeby (Frankl, 1971).

Można natomiast mówić o „instynkcie etycznym”, który jest w swej naturze całkowicie odmienny od instynktów witalnych. Jego efektywność zależy od tego, czy jego cel jest czymś ogólnym, ale jednocześnie indywidualnym, konkretnym (Frankl 1980). Człowiek błądzi, gdy ślepo podporządkowuje się nakazom moralnym, które odnoszą się tylko do ogólnych zachowań, podczas gdy instynkt etyczny człowieka pozwala mu odkryć wyjątkowe wymagania konkretnej sytuacji, *unum necesse* (Frankl, 1967). Świadomość ujednostkowiona jest zdolna odnieść to, co odwieczne, osadzone na ogólnym prawie moralnym, do specyficznej sytuacji, w którą zaangażowana jest konkretna osoba. Życie świadome oznacza zawsze życie na wysoce upersonalizowanym poziomie, oznacza dostrzeganie konkretności każdej sytuacji.

Wartości się nie posiada, ani się ich nie użytkuje. Nie można traktować ich instrumentalnie, jako narzędzi do osiągania celów. Stanowią one natomiast odniesie-

nie dla naszej egzystencji, spełniają funkcję motywującą i ukierunkowującą ludzkie zachowanie (Popielski, 1987a). Dla ludzkiej egzystencji ważne są nie tylko poszczególne pojedyncze wartości, ale ich układ hierarchiczny, który stanowi o kierunku rozwoju człowieka. System wartości służy człowiekowi do rozwoju, dojrzwania, pomaga w procesie integracji, skierowuje w określonym kierunku aktywność jednostki (Ostrowska, 1994; Popielski, 1994). Człowiek wartości doświadcza i nimi żyje. Ludzie zmieniają własne systemy wartości w ciągu życia, ale także rozwijają je i doskonalą.

Podmiot nie czyni „swoimi” wybranych wartości niezależnie od nikogo i niczego, ale dokonuje tego w relacji do swej ludzkiej kondycji ontycznej i jest on proporcjonalny do wielkości zaangażowania się jednostki w nie. Im intensywniej to czyni, tym bardziej zdecydowanie możemy mówić o doświadczeniu doznań egzystencjalnie znaczących (Popielski, 1994, s. 139–140).

Człowiek doświadcza w życiu konfliktów wartości. Życie jest łańcuchem decyzji opartych na sądach, decyzji pomiędzy wydajacymi się być w konflikcie wartościami i decyzjami dotyczącymi prozaicznych, codziennych sytuacji. Według nooteorii wartości pomagają w podejmowaniu decyzji w konfrontacji z sytuacjami codziennego życia, zaakceptowane i uznane przez człowieka stają się jego normami i zasadami postępowania w życiu. Wartości pozwalają ukierunkować nasze działanie, nasze relacje ze światem (Popielski, 1994).

Konflikt wartości nie jest zaburzeniem, zatem nooteoria nie zaleca, aby go unikać, ani też za wszelką cenę go niwelować. W swoich pierwszych publikacjach Frankl (za: Fabry, 1968) uważał, że tak naprawdę konflikty wartości są nie do uniknięcia. Jako specyficznie ludzkie zjawisko konflikty takie muszą być traktowane jako nieodłączna część ludzkiej egzystencji. Żadna jednostka ludzka nie jest w stanie żyć bez konfliktu wartości, ponieważ praktycznie wszystko w naszym życiu go powoduje. W późniejszych pracach Frankl zmienił swoją koncepcję wartości (Frankl, 1978). Uważa, że konflikt wartości jest do uniknięcia, a wartości tylko wydają się na siebie zachodzić, czy ze sobą kolidować, co jest wynikiem ich dwuwymensjonalnego postrzegania. Możliwe, że wartości „żyją” niezależnie od siebie w trójwymensjonalnej przestrzeni, nie nachodzą na siebie, nie stykają się, nie kolidują ze sobą. To prowadzi do konkluzji, że kolizja wartości jest wynikiem pomijania całego wymiaru, wymiaru noetycznego, w którym zawiera się hierarchia, porządek wartości. Wartości nie są więc związane tylko z ludzką somą i ludzką psychą, ale przede wszystkim z ludzkim *nous*. Układają się w pewną hierarchię, są niższego i wyższego rzędu i, kiedy dokonujemy osądu wartości przez preferencję jednych nad drugimi, konflikt znika. Według Popielskiego (1987a) wartości mają strukturę wielopoziomową i koncentryczną. Różnią się między sobą jakościowo jako pochodzące z różnych wymiarów egzystencji. Koncentrują się wokół wartości centralnej, najbardziej znaczącej dla konkretnego człowieka i danego wymiaru egzystencji, w określonym czasie i przestrzeni. Żadnej wartości nie realizuje się w oderwaniu od innych, bowiem każda wartość ma swoje odniesienie do wartości z innego poziomu,

(...) wartości wyższych poziomów hierarchicznych mają swe odniesienie do wartości z niższych poziomów, a te z kolei są podstawą do zaistnienia wartości z wyższych poziomów (Popielski, 1987a, s. 11–2).

Hierarchia wartości nie jest jednak niczym narzuconym. Człowiek sam ją znajduje. Nie może być ona arbitralnie „wyprodukowana”, ale musi być odnaleziona w osobistych wysiłkach i staraniach. Trzeba sobie uświadomić, że hierarchia wartości istnieje, ale od indywidualnego człowieka zależy, czy ją znajdzie, czy odnajdzie sens i znaczenie wartości.

W logoterapii „wartość” definiuje się jako kulturowe źródło motywacji, natomiast „sens” jako źródło motywacji, które jest przynależne poszczególnym jednostkom (Crumbaugh, 1980). Człowiek musi dokonać eksploracji i selekcji wszelkich możliwych wartości, aby wybrać te, które mają dla niego szczególne znaczenie. Frankl (1967, s. 42–43) pisze, iż

(...) istotną cechą ludzkiej egzystencji jest znajdowanie się w spolaryzowanym polu napięcia między „być” i „mieć powinność”, stać w obliczu sensu i wartości i być przez nie wzywany.

Popielski (1996c, s. 73) dodaje:

Wartości charakteryzują się właściwością motywowania życia podmiotowo-osobowego człowieka oraz zdolnością strukturyzowania i integrowania ilościowego i jakościowego potencjału psychicznego człowieka. Wokół wartości i na ich egzystencjalnie ustrukturyzowanych wzorcach kształtują się i rozwijają cechy, właściwości i zachowania określające sposób życia.

Wartości można realizować w każdej sytuacji, nawet najbardziej ekstremalnej. Człowiek realizuje je, gdy bierze na siebie konieczne cierpienie, poprzez sposób przyjęcie swojego losu, sytuacji przymusowej (Frankl, 1967). Sens nierozzerwalnie związany jest z wartościami, które mają charakter powinnościowy (Popielski, 1987a). Człowiek, zajmując wobec nich określoną postawę, doświadcza (a zatem i odnajduje) ich sensotwórcze znaczenie.

4. Poczucie sensu życia i jego znaczenie w życiu człowieka

Logos, w ujęciu i propozycji Frankla, oznacza „sens życia”. To, według logoterorii, podstawowa potrzeba człowieka i motywacja jego egzystencji. Zdaniem Frankla (1967) cała egzystencja jest podporządkowana idei sensu. Człowiek jako byt duchowy jest zorientowany na sens. Przy tym nie chodzi mu tylko o znalezienie sensu cierpienia, sensu bólu, niepowodzeń itd., ale chodzi o sens życia w ogóle, o sens ludzkiej egzystencji (Frankl, 1984). Poczucie sensu życia jest tym, co jest udziałem i potrzebą tylko człowieka, egzystencji podmiotowo-osobowej. Jedynie byt duchowy (który przysługuje tylko człowiekowi) jest zdolny do odślaniania rzeczywistości, a więc i jej sensu. Potrzeba poczucia sensu stanowi podstawę każdego podejmowanego działania.

Poczucie sensu życia jest doświadczeniem człowieka jako podmiotu osobowego. Realizuje się w związku ze świadomością i refleksją jednostki oraz jej podmiotowo-osobowym byciem i stawaniem się. Jest zjawiskiem antropologiczno-egzystencjalnym natury noetycznej (Popielski, 1997, s. 57).

Poczucie sensu życia jest obecne w świadomości i doświadczeniu podmiotowo-osobowej egzystencji. Jest „zasadą podmiotowo obecną i osobowo aktywną” (Popielski, 1997, s. 64).

Pytanie o sens jest u ludzi cechą gatunkową.

Gdy chodzi o właściwość tego pytania, to charakteryzuje się ono nie tylko głębokim wnikiem w życie podmiotu, ale również jego ekstensywność jest bez granic: człowiek pyta nie tylko o sens własnej egzystencji, ale i o sens świata, sens Kosmosu i wreszcie o sens ludzkiego sensu. Sens w tym rozumieniu jest podstawą każdej ludzkiej potrzeby, ma więc charakter metapotrzeby, kulturowo niezależnej, choć w zależności od kultur modyfikowanej w swym zewnętrznym wyrazie. Przejawia się to w tym, co dla człowieka jest drogie, wartościowe, święte, oraz w tym, do czego ludzie dążyli, o co walczyli, czego unikali. Każda z tych dróg zaznaczona jest dialektyką zwycięstw i klęsk, sukcesów i przegranych, angażu i ucieczek. Logoterapia podkreśla, że sukcesy mają ważne, ale niekoniecznie istotne znaczenie dla poczucia sensu. Samo dążenie „ku...” ma właściwość wytworzenia osi: zwycięstwo – klęska, dobro – zło. Gwarantuje ono możliwość do osobowo określonego poruszania się wzdłuż tej osi, co pozwala na doświadczenie indywidualnie przeżywanego poczucia sensu życia. Samo poczucie sensu życia nie jest wprost zależne od struktury osobowości, wykształcenia, pochodzenia społecznego itp. zmiennych. Zmienny jest tylko sposób ujawniania się tej metapotrzeby i siła doświadczenia jej intensywności, ale nie samo zaistnienie (Popielski, 1998a).

Potrzeba sensu życia jest tym, co u człowieka wyznacza kierunek realizacji najwyższych potrzeb (Obuchowski, 1983). Aby osoba mogła organizować swoje życie, a nie tylko być przez nie organizowana — wysuwa się na czoło jego autentyzm. To znaczy treść życia powinna być produktem własnym osoby, wynikiem jej własnych przemyśleń, doświadczeń, dostosowaniem do własnych cech osobowości. Powinna „wyrastać” z osobowości. Wtedy nie ma rozbieżności między uznawanymi przez osobę sensem życia i treścią motywów jej postępowania. Powstaje jedność tendencji i postępowania, intencji i decyzji. Jak pisze OBUCHOWSKI (1995, s. 247):

(...) sens życia powinien być nie tylko nadrzędną ideą, obsesją spełnienia się w roli, ale przede wszystkim koncepcją życia powstałą jako wynik przemyślenia tego, czym jest dla nas życie, czym jest świat i człowiek w nim, i tego, co jest w naszym życiu naprawdę ważne.

Logoterapia nie skłania człowieka do ucieczki od cierpienia, nie służy też jego usuwaniu. Co więcej, podkreśla sensowność cierpienia, gdyż „(...) prawdziwy sens życia zawiera w sobie cierpienie” (Keppe, 1980, s. 176). Prowadzi człowieka do przeżycia nieszczęścia jako wydarzenia sensownego, objęcia sensem tego, co nieusuwalne, jako że od cierpień wynikających z poczucia próżni egzystencji nie ma ucieczki. Zdaniem Frankla (1977a) za każdym razem, gdy człowiek znajdzie się w sytuacji, od której nie sposób uciec, ani jej uniknąć, za każdym razem, kiedy człowiek musi stanąć wobec sytuacji, której nie może zmienić, otrzymuje wraz

z nią ostatnią szansę zaktualizowania najwyższej wartości, odnalezienia najgłębszego sensu — sensu cierpienia. Ponadto Frankl (1978) dodaje, że wielkie znaczenie ma to, że człowiek potrafi znieść nieszczęście, że posiada właściwą sobie potencjalność i możliwość, dzięki której może przekształcić tragedię w osobisty tryumf, obrócić ciężką sytuację w ludzkie osiągnięcie. Jedynym sposobem, żeby ocalić jednostkę w momencie najgłębszej rozpacz, to uświadomić mu sens życia, pokazać mu siłę jego woli i jego wolność do wyboru własnej drogi. Tylko cierpienie związane z intencją przestaje być cierpieniem. „A cierpienie duchowe (...) jest czymś najbardziej ludzkim ze wszystkiego, co istnieje” (Frankl, 1984, s. 41).

Potrzeba sensu jest jedną z najgłębiej zakodowanych potrzeb życiowych. Popielski (1998a) mówi o niej jako „obecności potencjalnej, generującej w procesie rozwoju najgłębsze siły motywacyjne” To swoista, typowa ludzka wielkość motywacyjna, zakodowana w ludzkiej świadomości i dążeniach emocjonalno-uczuciowych.

Fenomen, jakim jest poczucie sensu życia, odnajduje się w wymiarze noetycznym osobowości, to stan psychiczno-noetyczny podmiotu. Towarzyszy ono człowiekowi w każdym działaniu, uobecnia się w angażowaniu w świat wartości.

Człowiek, jako byt duchowy w swej istocie, z natury swej skierowany jest ku sensowi. Odczuwa potrzebę odkrycia sensu życia, gdyż jednostkowa egzystencja człowieka przepojona jest dążeniem do sensu. Pytanie o sens życia można postawić tylko w odniesieniu do konkretnego człowieka, konkretnego podmiotu osobowego w konkretnej sytuacji. Sens życia związany jest bowiem z konkretnym życiem niepowtarzalnego i niezastąpionego człowieka (Mazur, 1967). Absolutnego sensu nie jest bowiem w stanie pojąć nikt poza samym Absolutem. Sens całości nie jest człowiekowi dostępny. Tak jak nie może człowiek poznać sensu całości rzeczywistości, tak jak nie jest w stanie tego sensu dowieść. Pozostaje jednak człowiekowi wiara, że całość ta ma sens, podobnie jak sens ma jego życie. Sama bowiem jednostkowa egzystencja jest sensem (Frankl, 1984). Człowiekowi nie chodzi o wegetację, życie za wszelką cenę, ale najważniejsze dla niego to żyć z sensem. Nie długość życia ma znaczenie, ale jego jakość. Tylko człowiek z racji swej natury jest w stanie odśłaniać sensowność rzeczywistości.

Zadanie nooteorii nie polega na nadaniu sensu życia człowiekowi. Może jedynie pomóc w szukaniu i znalezieniu tego sensu, pokazać, że życie stawia człowiekowi pytania, na które każdy człowiek musi sam odpowiedzieć.

Każdy sam musi odpowiedzieć na pytanie, czym jest sens życia. Odpowiedzi jednak nie znajduje się raz na zawsze. Człowiek i jego sytuacja ciągle się zmieniają, a wraz z nimi sens, który człowiek wciąż musi odnajdywać (Fabry, 1968). Człowiek jest jednostką stale zaangażowaną w poszukiwanie celów. Towarzyszy mu świadomość istnienia wyższego wymiaru, który wzywa go do poszukiwań. Człowiek wypełnia swoje powinności, odpowiadając na ten głos. Zagadnienie sensu to nie zadanie intelektualne, ale problem głęboko związany z ludzką egzystencją. Człowiek rozwiązuje ten problem żyjąc odpowiedzialnie (Mazur, 1967).

Doświadczenie braku sensu i celu w życiu indywidualnego człowieka przybiera postać pustki egzystencjalnej (Crumbaugh, 1980). Poczucie pustki manifestuje się przede wszystkim w nudzie. Jeżeli człowiek nie znajdzie swojego „dlaczego” w życiu, jeżeli podda się na pewnym etapie poszukiwań sensu życia, z czasem stanie się egzystencjalnie sfrustrowany. Gdy w człowieku wola odnalezienia sensu życia ulega frustracji, dochodzi do frustracji egzystencjalnej, która może odnosić się do:

- 1) samej egzystencji, jako specyficznemu ludzkiemu sposobu życia;
- 2) sensu i znaczenia egzystencji;
- 3) walki o odnalezienie konkretnego sensu ludzkiego istnienia, do woli poszukiwania sensu.

Frustracja egzystencjalna może przybrać postać nerwicy, którą logo- i nooteoria nazywa nerwicą noogenną (Crumbaugh, 1980; Frankl, 1967; Popielski, 1987c), charakteryzującą się specyficznymi dla niej symptomami, do których należą: cynizm, nihilizm, depresja, izolacja, agresja, negacja, rezygnacja oraz ucieczka od życia, zanik więzi uczuciowych z innymi, osamotnienie, nuda, bezsens, rezygnacja, zanik motywacji do życia (Popielski, 1987c; 1989). Nerwica noogenna ma swój początek w noetycznym wymiarze ludzkiego istnienia. Nerwice egzystencjalne nie wyrastają z konfliktu między popędami lub instynktami, ale z konfliktu między różnymi wartościami, który zachodzi w człowieku, kiedy nie umie ułożyć wartości w pewną hierarchię, gdy nie potrafi odpowiedzieć na pytanie, co dla niego jest najważniejsze. W tym kontekście Popielski (1996) mówi o syndromie „R” jako stanie, który powstaje wskutek negatywnych doświadczeń jednostki lub przedłużonego, lękorodnego oddziaływania na jednostkę. W rezultacie dochodzi do odrzucenia tego, co było, i nadal jeszcze jest, uczuciowo bliskie człowiekowi. Syndrom „R” to efekt rozbijania i niszczenia w doświadczeniu jednostki świata wartości dla niej znaczących, w miejsce którego nie powstają wartości, które byłyby w równym stopniu egzystencjalnie znaczące jak wartości wyparte. Człowiek doświadcza braku spełnienia w życiu, doświadcza porażki, rezygnacji z dążenia i walki o nadanie życiu wartości. W takim przypadku zanika nadzieja, rozpada się dojrzała, zintegrowana uczuciowość, powstaje pustka egzystencjalna. Do nerwicy noogennej dochodzi więc, gdy jednostki poddają się destrukcyjnej sile frustracji egzystencjalnej. Łączy się ona z zaniechaniem wypełniania powinności wynikających z faktu bycia człowiekiem: twórczego i odpowiedzialnego kierowania swoim życiem. Powinnością człowieka jest dążenie do sensu na drodze realizowania wartości i celów.

* * *

Jest wiele możliwych odpowiedzi na pytania życia, pytania, które rodzą się z doświadczeń codziennych sytuacji. Człowiek znajduje wiele rozwiązań, wiele interpretacji, ale tylko jedna z nich jest właściwa. Od odpowiedzi na pytanie, czym jest sens życia, zależy niejednokrotnie przetrwanie konkretnego ludzkiego życia.

Odnalezienie odpowiedzi na to zasadnicze pytanie ludzkiej egzystencji może mieć najwyższą cenę: w grę wchodzi życie człowieka, można je wygrać odnajdując jego sens, ale równie dobrze można je przegrać, gdy tego sensu się nie znajdzie, gdy się go utraci lub odczyta niewłaściwie.

BIBLIOGRAFIA

- CRUMBAUGH J.C. (1980). *The Psychological Side of Alcoholism and Problem Drinking*. W: CRUMBAUGH J.C. (wyd.). *Logotherapy: New Help for Problem Drinkers*. Chicago: Nelson-Hall.
- DĄBROWSKI K. (1981). Sens życia jako rozwiązanie problemu ludzkiej egzystencji (sens jako problem rozwoju osobowości). *Studia Filozoficzne*, 4, 99–108.
- EPSTEIN S. (1990). Wartości z perspektywy poznawczo-przeżyciowej teorii „ja” W: REYKOWSKI J., EISENBERG N., STAUB E. (red.). *Indywidualne i społeczne wyznaczniki wartościowania*. Wrocław: Polska Akademia Nauk, 14–25.
- FABRY J.B. (1969). *The Pursuit of Meaning*. Boston: Beacon Press.
- FRANKL V.E. (1967). Siła do życia. *Znak*, XIX, 151 (1), 41–48.
- FRANKL V.E. (1971). *Homo Patiens*. Warszawa: PAX.
- FRANKL V.E. (1975). *The Unconscious God*. Nowy Jork: Simon and Schuster.
- FRANKL V.E. (1977a). *Man's Search for Meaning*. Nowy Jork: Pocket Books.
- FRANKL V.E. (1977b). Paradoxy szczęścia. *Życie i Myśl*, XXVII, 1, 33–45.
- FRANKL V.E. (1978). *The Unheard Cry for Meaning*. Nowy Jork: Touchstone.
- GALAROWICZ J. (1997). *Przeciw nihilizmowi*. Kraków: Oficyna Wydawnicza PAT.
- JUCZYŃSKI Z. (1987). Nerwica noogenna w ujęciu V.E. Frankla i jej miejsce w systematyce zaburzeń nerwicowych. W: POPIELSKI K. (red.). *Człowiek — pytanie otwarte*. Lublin: RW KUL, 263–272.
- KEPPE N.R. (1980). *From Sigmund Freud to Victor E. Frankl: Integral Psychoanalysis*. Sao Paulo: Proton.
- LIPIEC J. (red.). (1991). *Istnienie i poznanie wartości*. Kraków: Wydawnictwo „Eureka”
- MATUSEWICZ Cz. (1975). *Psychologia wartości*. Poznań: PWN.
- MAZUR M. (1961). Victor E. Frankl i logoterapia. *Znak*, XIX, 151 (1), 33–39.
- MENTEL E. (1996). Sensotwórcza rola cierpienia w rozwoju jednostki V. E. Frankla i K. Dąbrowskiego. W: POPIELSKI K. (red.). *Człowiek – wartości – sens*. Lublin: RW KUL, 433–440.
- OBUCHOWSKI K. (1983). *Psychologia dążeń ludzkich*. Warszawa: PWN.
- OBUCHOWSKI K. (1992). *Przez galaktykę potrzeb*. Poznań: Zysk i s-ka.
- POPIELSKI K. (1987a). „Sens” i „wartość” życia jako kategorie antropologiczno-egzystencjalne. W: POPIELSKI K. (red.). *Człowiek — pytanie otwarte*. Lublin: RW KUL, 107–140.
- POPIELSKI K. (1987b). Logoteoria i logoterapia w kontekście psychologii współczesnej. W: POPIELSKI K. (red.). *Człowiek — pytanie otwarte*. Lublin: RW KUL, 27–66.
- POPIELSKI K. (1987c). Testy egzystencjalne: metody badania frustracji egzystencjalnej i nerwicy noogennej. W: POPIELSKI K. (red.). *Człowiek — pytanie otwarte*. Lublin: RW KUL, 237–262.
- POPIELSKI K. (1989). Koncepcja logoteorii V.E. Frankla i jej znaczenie w poradnictwie psychologiczno-pastoralnym. W: CHLEWIŃSKI Z. (red.). *Wybrane zagadnienia z psychologii pastoralnej*. Lublin: RW KUL, 69–101.
- POPIELSKI K. (1994). *Noetyczny wymiar osobowości*. Lublin: RW KUL.

- POPIELSKI K. (1996a). Człowiek: egzystencja podmiotowo-osobowa. W: POPIELSKI K. (red.). *Człowiek – wartości – sens*. Lublin: RW KUL, 25–48.
- POPIELSKI K. (1996b). Wartości i ich znaczenie w życiu człowieka. W: POPIELSKI K. (red.). *Człowiek – wartości – sens*. Lublin: RWKUL, 61–70.
- POPIELSKI K. (1996c). Miejsce i znaczenie wartości w procesie bycia i stawania się człowieka (VIII tez do dyskusji). W: POPIELSKI K. (red.). *Człowiek – wartości – sens*. Lublin: RW KUL, 71–76.
- POPIELSKI K. (1996d). Doświadczenie sensu i jego znaczenie dla egzystencji. W: POPIELSKI K. (red.). *Człowiek – wartości – sens*. Lublin: RW KUL, 55–60.
- POPIELSKI K. (1997a). Rozwój i destrukcja poczucia sensu życia (interpretacja nooteoretyczna). W: OLEŚ P. (red.). *Wybrane zagadnienia z psychologii osobowości*. Lublin: TN KUL, 57–68.
- POPIELSKI K. (1998a). *Sens życia jako kategoria psychoterapeutyczna*. Lublin, TN KUL.
- POPIELSKI K. (1998b). *Wielowymiarowość a religijność*. Lublin, TN KUL.
- POPIELSKI K. (1998c). *Emocje i uczucia w strukturze osobowości*. Lublin, TN KUL.
- STRELAU J. (1990). *Rola temperamentu w rozwoju psychicznym*. Warszawa: WSiP.

The role of values and meaning of life in the depiction of V.E. Frankl's nootherapy

Summary

V.E. Frankl (1905–1997) represents the existential direction in a psychology. He described a specific type of neurosis called 'noogenic neurosis' which appears in a human life with a complete emptiness of purpose in life. According to Frankl's theory the main human motivation is the 'will to meaning'. The existential frustration in a human life is caused by a lack of a meaning or purpose in life. That situation may lead to psychopathology. There is a relationship between the purpose of life and values. This paper presents characteristics of fundamental qualities of noetic dimension personality (spirituality, freedom, responsibility), the problem of values and needs in a human life.