

O smyslu života

V každé krizi se skrývá příležitost

Autor: Viktor E. Frankl

Nakladatelství: Grada Publishing, a.s.

Rok vydání: 2019

ISBN 978-80-271-4678-1

Knihu O smyslu života napsal Viktor Frankl v roce 1946 na základě série svých přednášek. Přednášky se konaly v Ottakringu krátce po skončení druhé světové války a je tak možné prostřednictvím tohoto textu nahlédnout na autorovu reflexi poválečné doby. Frankl popisuje duševní stav člověka v poválečném období jako „duševně vybombardovaný“, což odráží hluboký otřes způsobený hrůznými událostmi, jejichž svědkem byl i on sám. Knihu prolínají témata týkající se lidské existence, utrpení, svobody volby a hledání smyslu. Autor představuje hlavní myšlenky týkající se logoterapie, které rozpracoval již před vypuknutím války. Své filozofické úvahy propojuje s praktickými zkušenostmi, a to jak z pohledu lékaře, tak z osobní perspektivy bývalého vězně koncentračního tábora. Kniha je napsána srozumitelným jazykem a je tak vhodná i pro čtenáře, kteří nejsou na čtení filozofických děl zvyklí.

Kniha je strukturována do tří hlavních kapitol, doplněna o předmluvu a doslov, který napsal Franklův zeť Franz Vesely.

První kapitola s názvem **O smyslu a hodnotě života I.** zpočátku pojednává o vlivu války na člověka a jeho hodnoty. Lidé v důsledku tragických událostí nevěřili v pokrok, stali se pesimističtí a nihilističtí. Autor v kontrastu tohoto pohledu na svět udává, že i přes ztrátu iluzí v uplynulých letech lidé zjistili, že existuje lidskost. Člověk byl v koncentračním táboře zbaven všeho, co doposud měl a byl redukován na své jáství. Klíčové je, jak se v této situaci rozhodne, neboť jeho schopnost být tvůrčí a hledat naplnění smyslu života hraje v takové situaci zásadní roli. Zde se objevují první zmínky o smyslu života, který je ústředním tématem celého díla.

Frankl pohlíží na život jako na povinnost. Součástí života je i slast, ale smyslem života není prožívat pouze slast. Nelze o ni ani usilovat, neboť musí přijít sama. Doslova uvádí, že *„šťěstí nemá a nesmí a nemůže být nikdy cílem, ale pouze výsledkem.“* Dle Frankla lze dát životu smysl třemi způsoby: **činností**, když plníme požadavky, které na nás život klade; **prožitím lásky** a krásy, a to nejen lásky k druhým, ale i k přírodě či umění. Životu může dát smysl i **utrpení**, respektive způsob, jakým se k němu postavíme. Utrpení je běžnou součástí lidského života a záleží na tom, jak na něj jedinec bude reagovat- buď změnění osud nebo, pokud změna není možná a utrpení je nezbytné, by na sebe měl osud vzít a utrpení nést.

Pro mě osobně byla tato pasáž knihy velmi zajímavá a plná naděje, nicméně obtížně představitelná. Nedokážu si představit, že bych byla schopná považovat život za smysluplný ve chvíli, kdy bych například prožila hrůzy koncentračního tábora a ztratila své blízké. Frankl klade důraz na to, že člověk *„nese odpovědnost za to, že bude vždy odpovídat na otázky života“*. Mám však pochopení pro to, když někdo smysl v utrpení nevidí a tento postoj k životu zaujmout nedokáže. Věřím tomu, že se to Franklovi a spoustě dalším podařilo, ale pro mě je to momentálně nepředstavitelné.

Zamlouvá se mi, jak autor hovoří o jedinečnosti a nenahraditelnosti každého člověka, přičemž poukazuje na to, že právě jeho nedokonalosti jsou tím, co ho činí výjimečným.

Druhá kapitola nese název **O smyslu a hodnotě života II.** Jejím ústředním motivem je smysl utrpení a nemoc. Frankl hovoří o tom, že nemoc automaticky neznamená utrpení a ztrátu smyslu existence. Uvádí inspirativní příklady z praxe poukazující na fakt, že i život s nemocí může mít smysl, pokud se tak k němu člověk postaví.

Prostor je zde věnován také etickým otázkám souvisejícím s ukončováním zdravotní péče ve chvíli, kdy již není šance, že by se pacient mohl vyléčit. Frankl zastává názor, že není v moci lékaře rozhodovat o bytí a nebytí pacientů, které ošetřuje. Udává, že lékaři nepřísluší právo soudit, zda jsou nevyléčitelní lidé hodni života, a nemá právo komukoli upřít vůli k životu, která u nemocného je, nebo se u něj může probudit.

Tato kapitola mi byla lidsky nejbližší a byl mi velmi sympatický Franklův důraz na nepřístupování k pacientům z pozice moci a soudce, který rozhoduje o hodnotě jejich života. Líbilo se mi, že se Frankl vymezoval vůči postoji, který posuzuje hodnotu člověka jen na základě jeho užitečnosti pro společnost.

V poslední kapitole zvané **Křížový pokus** vypráví Frankl své zážitky z koncentračního tábora. Autor přibližuje čtenáři vývoj svých myšlenek a jejich funkci v těchto nelidských podmínkách. Popisuje zde, že se snažil od situace odpoutat tím, že si představoval, že se na svět dívá shora a přednáší o tom, co právě prožívá.

Uvádí, že běžný vězeň v táboře prochází třemi fázemi. První fází je šok z přijetí, kdy se z člověka stává holá existence. Převládají u něj pocity hrůzy a odporu, které nakonec po pár dnech zeslábnou, člověk otupí a jediným jeho zájmem je dožít se následujícího dne. V tuto chvíli přichází fáze apatie, kdy se vězeň snaží splynout s okolím a jeho chování je řízeno základními pudy. Podle Frankla však tato fáze není nevyhnutelná, neboť i v extrémních podmínkách je možné uchovat si skutečnou lidskou svobodu- schopnost zvolit si, jakým způsobem se k dané situaci postaví. Tuto lidskou svobodu nemůže člověku nikdo vzít, a to i ve chvíli, kdy mu vzali vše ostatní, Frankl zde cituje slavný Nietzscheho výrok „*Kdo má proč žít, snese téměř každé jak.*” Ptám se však, zda člověk, který opravdu přišel o vše, na čem mu v životě záleželo, dokáže najít odpověď na otázku *proč*. Třetí fáze se týká psychologie osvobozeného vězně a přibližuje čtenáři jeho prožívání po opuštění koncentračního tábora. Jedinec, který tuto zkušenost zažil, se musí znovu učit prožívat radost, protože o ni v důsledku utrpení přišel. Po návratu domů mnozí osvobození vězni čelili zjištění, že jejich blízcí válku nepřežili. Navíc se setkávali se s lidmi, kteří si koncentračním táborem neprošli a tvrdili, že o těchto událostech neměli tušení. Autor popisuje, že přeživší pocítovali pocity viny, jelikož „*věděli naprosto přesně, že ti nejlepší, kteří byli mezi námi, se odtamtud nedosali... Naše přežití jsme tedy nemohli vnímat jako nic jiného než jako nezaslouženou milost.*”

Tato kapitola pro mě byla náročná, jelikož i přesto, že byl jedinec z koncentračního tábora vysvobozen, jeho utrpení neskončilo, ale často pokračovalo v jiné podobě. Vyprávění o zážitcích vězňů ve mně vyvolávalo pocity bezmoci a hněvu vůči těm, kteří se na utrpení těchto lidí podíleli. Ač se nejedná o veselé čtení, myslím si, že je velmi důležité si pravidelně připomínat události, které se děly, abychom znovu jako lidstvo nedopustili něco podobného.

Celá kniha pro mě byla velkým přínosem a zároveň i děsivým svědectvím toho, jak krutí mohou někteří lidé být. Čtenář se zde seznamuje se základy logoterapie, které jsou

doplněny spoustou skutečných životních příběhů, jež pomáhají filozofické myšlenky aplikovat do praxe. Tuto knihu považuji za velmi hodnotnou jak z akademického, tak i osobního hlediska.