

Simon János

Viktor E. Frankl és Böszörményi-Nagy Iván,
avagy a logoterápia és egzisztenciaanalízis,
valamint a kontextuális terápia
és lelkipozítás találkozása

Böszörményi-Nagy Iván és Viktor E. Frankl, a 20. században élt két pszichológiai iskolaalapító nagy valószínűséggel találkozott egymással, de az is megtörténhet, hogy nem. Próbáltam utánajárni annak, hogy mikor és hol, esetleg milyen közegben történtek találkozásaik, ha egyáltalán volt ilyen.

Azt reméltem: dolgomat az fogja megkönnyíteni, hogy beleláthatok találkozásaik kontextusába. Például egy tudományos szimpózium, ahol mindketten megfordultak, bizonyos értelmezési keretet nyújthatott volna. Sajnos semmiféle nyomra nem akadtam.

Az olvasóban persze megfogalmazódhat a kérdés: miért is gondolkodik egyáltalán valaki azon, hogy Viktor E. Frankl és Böszörményi-Nagy Iván találkoztak-e? A kérdés jogos. Miért is kérdés számomra, hogy találkoztak-e egymással, vagy ismerték-e egymást?

Az utóbbi időben, amikor Frankl írásait olvastam, folyamatosan visszatérő gondolatom volt, hogy bizonyosan kapcsolatban állt Böszörményi-Nagy Ivánnal, netán időnként át is beszélhettek kérdéseket, mivel sok gondolata mögött a Böszörményi-Nagynál megismert antropológia domborodik ki.

Ebben a tanulmányban azokat a pontokat vizsgálom, ahol az emberi életre vonatkozó meglátásaik találkoznak vagy szétválnak ugyan, de adott szakaszon át párhuzamosan haladnak, miközben sejthető, hogy mindkét egyes ugyanahhoz a számárvezetőhöz igazodik.

Vizsgálódásom nem a szokványos tartalomismertetés vagy pszichológiai rendszerbe való besorolás útját követi, nem is a közös antropológia megírására vállalkozom. Inkább azt szeretném felmutatni, hogy miként olvasható Frankl Böszörményi-Nagy kontextusában.

Érdemszerzés, lojalitás, hála

Viktor E. Frankl a *...mégis mondj igent az életre!* című könyvének *A gúny a legmegalázóbb*¹ című fejezetében olyan lágerélményeket oszt meg az olvasóval, amelyek azért voltak annyira fájdalmasak és egyben belső ellenállásra készítetők, mert hozzá hasonló emberek megkérdőjelezték emberségét, embertársaihoz való viszonyulásának indítékait átértelmezték, orvosként végzett munkájának motivációját, és eredményességét rosszindulatúan átértelmezték. Ugyanakkor e fejezetben ismerteti munkacsoportja kápojának emberséges viszonyulását is. Az olvasó számára feltűnő lehet az, hogy ez az emberiségesség kivételező. Például akkor, amikor a kápo helyet biztosít a fogolynak a szakasz első öt sorában, de ezt mások kárára teszi. Azzal, hogy biztosítja számára a könnyebb munka lehetőségét, másokat szorít ki ebből a lehetőségből. Ahogy őt jobb menetelési lehetőségekkel ajándékozza meg, másokat taszít nehezebb helyzetbe. Különösen szembeötlő az, hogy megvédi őt a munkafelügyelő „kicsinálási” szándékától azáltal, hogy áthelyezi őt egy másik munkaszakaszba. Frankl nem titkolja el, hogy mindez annak köszönhető, hogy „a munkaterületre vezető órákig tartó menetelés közben szembeötlő szakmai hozzáértéssel” hallgatta meg a kápo „szerelmi történeteit és házassági konfliktusairól szóló panaszait”. Ugyanitt ír arról is, hogy „jellemének karakterológiai diagnózisával s néhány pszichoterápiai tanáccsal sikerült rá jó benyomást” gyakorolni. Ezt követően Frankl így ír:

„Azóta hálás volt nekem. Hálája már napok óta igencsak értékesnek bizonyult számomra.”²

Ez az előbbieken ismertetett előnyökön túl abban is megnyilvánult, hogy

„[...] még egy másik fajta honoráriumot is kiérdemeltem: amíg egyáltalán kaptunk munkahelyünkön ebédre levest, számíthattam arra, hogy ha én kerülök sorra, a szedőkanalat egy kicsit mélyebbre merítette a kondér aljára, s így csajkámba néhány szem borsó is került.”³

Mi motiválja ezt a „kivételezést”, vagy másképpen fogalmazva: az emberiségesség megélését az embertelenségben?

¹ Frankl, Viktor E.: *...mégis mondj igent az életre!* Ford. Kalocsai Varga Éva. Értelmes Élet 6. Jel Kiadó, Budapest 2007, 49–53.

² Frankl, Viktor E.: *...mégis mondj igent az életre!* 50.

³ Uo. 51–52.

Böszörményi-Nagy Iván kontextuális terápiájában az *adás és elfogadás* kulcsfogalmak. Gondoskodás és adás által az ember „érdemeket” szerez, azaz egyfajta jogosultságot nyer arra, hogy róla is gondoskodjanak. Ugyanakkor az, aki elfogad, vagy gondoskodásban részesül, eladósodik az adományozó irányába, és bizonyos kötelezettséget érez magában arra, hogy ő is adjon. Böszörményi-Nagy Iván ugyanebben a kontextusban használja a „mérlegkönyv” metaforáját, amelyet az emberek közötti érdemek és kötelezettségek számviteleként határoz meg. Arra is felhívja a figyelmet, hogy az embert az adás és elfogadás dinamikus mérlege hajtja:

„[...] aki felismerhetően, közvetlenül ad a másiknak, akkor is kap, ha a másik nem tudja közvetlenül visszafizetni.”⁴

Ugyanitt fontos azt is megjegyeznünk, hogy Böszörményi kapcsolati etikája elsősorban az intim kapcsolatokra néz. Kétségtől ennek az etikai dimenzióknak lehetnek és vannak más típusú kapcsolatokra is kiterjeszhető vonatkozásai. Ugyanakkor észre kell vennünk, hogy Frankl azáltal, hogy a kápót meghallgatásban, odafigyelésben, tanácsadásban részesítette, jogosultságot szerzett arra, hogy a maga lehetőségein belül a kápó is gondoskodásában részesítse őt. Ha a Frankl által említett hála érzését jogosultságként értelmezzük, felvetődik az a kérdés, hogy ez a jogosultság hogyan működik más jellegű kapcsolatokban? Lehet-e ezzel a tettek által szerzett jogosultsággal nagyobb társadalmi csoportdinamikát leírni?

Böszörményi-Nagy Iván azt is hangsúlyozza, hogy az adás jobban motiválja az embert, mint az elfogadás. Ezek alapján lehet nekünk azt feltételeznünk, hogy ez az általános emberi motiváció még a munkatáborok szörnyűségei között is működhetett. Az elébb már megnevezett fejezet végén Frankl azokról az előmunkásokról ír, akik

„[...] együtt éreztek velünk, s minden tőlük telhetőt megtettek, hogy elviselhetőbbé tegyék sorsunkat.”⁵

A maguk lehetőségein belül adták azt, amit tudtak. És mindezt nem azért, mert valamit vártak, vagy egyáltalán várhattak cserébe érte, hanem egyszerűen az adás belső motivációjából fakadóan. Hannecke Meulink-Korf és Aat

⁴ Meulink-Korf, Hanneke – Rijn, Aat van: *A harmadik, akivel nem számoltak*. Ford. Kiss Jenő. Teológia Praxis 1. Exit Kiadó, Kolozsvár 2009, 42.

⁵ Frankl, Viktor E.: *...mégis mondj igent az életre!* 52.

van Rijn rámutatnak arra, hogy amikor Böszörményi-Nagy erről az adás általi motiváltságról írt, arra kereste a választ, hogy mitől működik egy emberi rendszer, és hogy mi motiválja az embert leginkább. A családi dinamikán túlmutató megállapításokat tesznek:

„A felebarátok kapcsolatának dinamikája a kölcsönösségről szól. Azonban a kölcsönösségnek nincs »do út des« (adok, hogy adjál) jellege. [...] Adok, mert nekem is adatott – általad, vagy korábban valaki más/Más által. Itt elgondolkodhatunk azon, hogy ki adott; és hogy mit adott.”⁶

A keresztyén antropológia az életet adó Istenre irányítja a tekintetünket. Tőle az ember mindenekelőtt az életet kapta, továbbá kapja mindazt, ami az élet fenntartásához szükséges. Az élet itt nem csupán a születettséget jelenti, de egyben jelenti azokat a kapcsolatokat is, amelyek által élhetünk. Azokat a kapcsolatokat, amelyek a bűn hatására elromolhatnak, mert Karl Barth szerint:

„Amikor az ember vétkezik, akkor megbetegszik, összezavarodik, visszajára fordul, összetörik, felismerhetetlenné válik emberisége, de anélkül, hogy egyszerűen eltűnne.”⁷

A bűn által az adás készsége és képessége is érintve lesz, ahogy az elfogadásé is. De látnunk kell, hogy a humanitásnak ez az aspektusa, azaz az adásra és elfogadásra vágyó ember maga, nem tűnik el. Azt is mondhatjuk, hogy az ember éppen ezáltal az adás és elfogadás képessége által kötődik embertársaihoz (is). Éppen ezért kell elutasítanunk minden olyan próbálkozást, amely az embert (a relationalitás helyett) pusztán önmagában kívánja látni. Kiss Jenő a következőkre hívja fel a figyelmünket:

„Az emberi lét társas létként történő bibliai meghatározásával egybecseng az, amit Barth a humanitás alapformájával kapcsolatosan mond. Barth először a humanitás téves meghatározása ellen emel szót, és alapvetően elhibázottnak tartja, ha az embernek absztrakt, azaz a másik embertől elvonatkoztatott (absztrahált) létet tulajdonítunk. Erre akkor kerül sor, ha az emberre úgy tekintünk mint aki ellentétben áll az embertársával, vagy

⁶ Meulink-Korf, Hanneke – Rijn, Aat van: *A harmadik*, 31.

⁷ Barth, Karl: *Die Kirchliche Dogmatik. Dritter Band. Die Lehre von der Schöpfung. Zweiter Teil*. Evangelischer Verlag A. G. Zollikon, Zürich 1948, 332.

semleges, közömbös vele szemben. De akkor is, ha az együttlétet az emberi lét utólagos, járulékos kiegészítésének tartjuk.”⁸

Ezzel mind Barth, mind Kiss szembehelyezkedik az Imago Dei alanyi és funkcionális értelmezésével.⁹ Meglátásaik helytállóak. Még inkább rácsodálkozhatunk a relacionális antropológia és kontextuális lelkigondozás emberiséggel kapcsolatos megállapításaira, ha a trinitárius rendszeres teológia utóbbi évtizedben született írásait is figyelembe vesszük. Anélkül, hogy az Imago Dei teológiai értelmezésének kifejtésére vagy a trinitárius rendszeres teológia bemutatására vállalkoznánk,¹⁰ két ide vonatkozó megállapítással zárjuk ezt a részt: az, hogy az ember adni tud a mellette levő embernek, és elfogadásra képes, istenképűségéből fakad; az adás és elfogadás által lesz Isten helyreállító munkájának részese, és ezáltal a teremtett világ „művelője és őrizője”.

Házasság és szerzett lojalitás

Ha az embernek már semmije sem maradt című fejezetben Frankl egy olyan botorkálásáról ír, amikor hóban-fagyban kellett haladniuk órákon át, és eközben megéli a maga belső útját. Miközben hol a hóba süppedve, hol pedig a jégen megcsúszva támogatják, fel-felsegítetik és továbbcipelik egymást, egyetlen szó sem hangzik el, de mindannyian a feleségükre gondoltak. Ezen az úton

„[...] minden gondolatomat betölti annak az alakja, akit fantáziám oly hihetetlen elevenséggel idéz előm, ahogyan azt korábban, megszokott életemben soha át nem éltem. [...] hallom a válaszait, látom a mosolyát, lá-

⁸ Kiss Jenő: Kire néz a lelkigondozás, és mi a célja? In: Adorjáni Zoltán (szerk.): *Studia Doctorum Theologiae Protestantis*. Kolozsvári Protestáns Teológiai Intézet, Kolozsvár 2015, (121–133) 125.

⁹ Az Imago Dei értelmezéstörténetét és az alanyi, relacionális, funkcionális és kevert értelmezés leírását ld. Simango, Daniel: *The Imago Dei (Gen 1:26–27): A History of Interpretation from Philo to the Present*. In: *Studia Historiae Ecclesasticae* Vol. 42. (2016/1), (172–190) 172–190. DOI: <http://dx.doi.org/10.17159/2412-4265/2016/1065> (2019. jún. 2.).

¹⁰ A keresztyén antropológia Iréneus és Augustinus révén tette központi motívumává az *Imago Dei*t, azaz azt a teológiai magyarázatot, miszerint az ember Isten teremtményeként az ő képének hordozója. Hogy ez pontosan mit is jelent, abban a vélemények különböznek, mert van, aki az istenképűséget az értelemben fedezi fel, míg mások az ember moralitásában, a teremtményeken való uralkodásban, az ember szabad akaratában, vagy éppen az embertársi kapcsolatban, Istenhez való kötődésében. Annak függvényében, hogy az istenképűség teológiai tartalmát miben látják, a bűnbeesés és annak következménye is más.

tom felszólító és bátorító pillantását és, – valóság vagy nem – tekintete most ragyogóbban világít, mint az éppen felkelő nap.”¹¹

Az út végéhez érve a következőkre döbben rá:

„S akkor egyszer csak eszembe jut: Hiszen egyáltalán nem is tudom, hogy életben van-e még a feleségem! Egy valamit azonban tudok – most tanultam meg: Mint amilyen kevésbé számít a szeretet számára egy emberi test létezése, épp olyan mélységes ragaszkodással kötődik a szeretett ember szellemi lényéhez [...] a szeretet nem függvénye annak, hogy a szeretett lény életben van-e, vagy sem.”¹²

Böszörményi-Nagy Iván szerint a családi kapcsolatoknak a visszavonhatatlanság az egyik jellegzetessége. Mert édesapám mindig édesapám lesz, akkor is, ha halott, akkor is, ha megszakítottuk a kapcsolatot vele, de akkor is, ha nem vagyok hajlandó apaként tekinteni rá. Ugyanígy a fiam is mindig a fiam lesz. A szülők és gyermekek közötti kapcsolat tehát visszavonhatatlan. Erre a különleges összetartozásra használja Böszörményi-Nagy Iván magyar származású családterapeuta a lojalitás fogalmát.¹³ A családunk a családunk, akár akarjuk, akár nem, akár tetszik ez nekünk, akár nem. Lojalitásunk egy láthatatlan, de mindenhova minket kísérő fonálként összeköt minket primer családunk tagjaival.

A lojalitás második komponense a korábban már részben ismertett adás és elfogadás. Az adás és elfogadás által mélyül el a bizalom két ember között. Igaz ez a házasságra is. Ahol megtapasztaljuk, hogy számíthatok rád, és számíthatsz rám, és azt is megtapasztaljuk, hogy a kapcsolati érdeket a saját érdekem elé tudom helyezni. *Így alakul ki a lojalitás.* Ez nem esik egybe az egzisztenciális lojalitással, ezért szükséges, hogy némiképp elkülönítsük a kettőt. Ez utóbbi olyan érdemek által szerzett lojalitás, amiben a kölcsönösség a meghatározó. Böszörményi-Nagy Iván azt is hangsúlyozza, hogy ezen nem sokat változtat az, ha az illető meghal. A lojalitást tehát nem befolyásolja a halál ténye.

¹¹ Frankl, Viktor E.: ...*mégis mondj igent az életre!* 65.

¹² Uo. 66.

¹³ Böszörményi-Nagy Iván első nagy munkája, a *Láthatatlan lojalítások* megjelenése óta a kontextuális családterápia központi fogalmává lett a lojalitás. Első, angol kiadása 1973-ban jelent meg, magyar fordítása pedig nemrég látott napvilágot: Böszörményi-Nagy Iván – Spark M., Geraldine: *Láthatatlan lojalítások*. Animula, Budapest 2018.

A lojalitás nem csupán kötelék, amely a múlthoz köt, de azok a szálak, amelyekből lojalitásunk hálója fonódik, védőhálónak lesznek. Valahogy úgy működik, mint a háló az akrobaták életében. Ez a lojalításokból fonódó háló felfog, ha leesnénk. Mivel minden egyes szál láthatatlanul összeköt azokkal, akiktől az életet kaptuk, és összeköt azokkal is, akiknek az életet továbbadhatjuk, nagyon nehéz körülmények között is fenntart.

Szerzett lojalitásunk révén kötődünk azokhoz is, akik felé nem hordozzuk az élet továbbadásának a felelősségét. A házasságban a szerzett lojalitás jelentkezhet úgy, mint a közösen vállalt felelősség az élet továbbadására és a kölcsönös gondoskodás felelőssége. Ez a házasságban működő lojalitás is tart, és adott esetben úgy tarthat fent, mint a védőháló egyik fonata – még a koncentrációs tábor embertelenségei között is, ahogy Frankl esetében történt. Újabb találkozási pont ez Viktor E. Frankl és Böszörményi-Nagy Iván között.

Relacionalitás és az élet értelme

A náci koncentrációs táborokban Frankl arra döbben rá, hogy az életkérdés tulajdonképpen ez: érzi-e az ember létezése értelmét. Megfigyelte, hogy akik a koncentrációs táborban feladták az életért folytatott küzdelmet, rövid időn belül meghaltak. Később orvosi praxisában azt látta, hogy az élet értelmét elveszítő emberek rendszerint elég hamar megbetegedtek.¹⁴

„Az általa kidolgozott logoterápia és egzisztenciaanalízis [...] alappillére az a feltételezés, hogy az élet egésze feltétel nélkül értelemmel bír.”¹⁵

Az általa kidolgozott értelemközpontú pszichoterápiának háttérében pedig „az a motivációelméleti megközelítés” áll: az embernek az a legmélyebb vágya, hogy értelmesnek lássa életét.¹⁶

Ez az értelem pedig nem az emberből fakad, hanem az ember csak rátalál, és felfedezi azt. Ugyanakkor kritizálja ezt a mentálhigiénés alapállást:

¹⁴ Ld. Frankl, Viktor E.: ...*mégis mondj igent az életre!*

¹⁵ Elekes Szende: Az öntranszcendencia fogalmának interdiszciplináris megközelítése. In: Egyed Péter (szerk.): *Logoterápia és egzisztenciaanalízis*. Logoterápia és Egzisztenciaanalízis Nemzetközi Tudományos Egyesület (LENTE), Kolozsvár 2015, (19–34) 20.

¹⁶ Uo.

„[...] az embernek mindig boldognak kell lennie, mivel ez az elkerülhetetlen szenvedések nehézségét tovább fokozza azzal, hogy az emberrel azt érezteti: nem normális, hogy szenved. [...] A logoterápiának ezért expliciten vallott célja, hogy az embert ne csak az öröme, munkára vagy a kölcsönösen kielégítő interperszonális kapcsolatokra, hanem a megfelelő hozzáállással viselt szenvedésre is képessé tegye.”¹⁷

Számára az emberi létezés végső célja nem lehet az öröm. Ez csak az élet időszakos velejárója.

„Az öröm mintegy magától bekövetkezik az értelemmegvalósítások következtében. Ezen összefüggés alátámasztása érdekében Frankl empirikus kutatásokra hivatkozik, amelyek kimutatták, hogy az élvezetet hajszoló körében magasabb az értelmetlenség érzése.”¹⁸

Úgy látja, hogy az ember csak akkor lehet boldog, ha önmagáról megfeledkezve a világban található értékekre és értelemlehetőségekre irányul. Sőt ezen túlmenően, egyenesen azt állítja:

„[...] az emberi lét a legmélyén és végső soron passió – az ember lényege az, hogy szenvedő legyen: homo patiens.”¹⁹

De közben azt is hangsúlyozza, hogy egyfajta derűlátással kell tekintenünk a szenvedésre, mert

„[...] tőlünk függ, hogy ezeket a dolgokat pozitívrá fordítsuk, hogy a szenvedést belső győzelemmé változtassuk, hogy a halandóságot mint felelősségteljes cselekvésre való ösztönzést fogjuk fel, és a bűn révén növekedjünk azáltal, hogy mássá válunk, nemesedünk.”²⁰

Ennek végső lehetősége a „megváltoztathatatlannal szembeni beállítódásunk módosítása.”²¹ Hogy is néz ki ez a gyakorlatban? Sokféle módja lehet

¹⁷ Konkoly Thege Barna: Frankl logoterápia és egzisztenciaanalízise az egészségpszichológia kontextusában. In: *Pszichológia* 27. (2007/3), (261–274), 264.

¹⁸ Elekes Szende: *Az öntranszcendencia fogalmának interdiszciplináris megközelítése*, 22.

¹⁹ Frankl, Viktor E.: *A szenvedő ember*. Ford. Bruncsák István, Kalocsai Varga Éva. Értelmes élet 11. Jel Kiadó, Budapest 2012, 107.

²⁰ Frankl, Viktor E. – Lapide, Pinchas: *Istenkeresés és értelemkérdés. Párbeszéd*. Fordította: Szemere János. A Független tanulmányait írta: Batthyány Alexander, Ruth Lapide és Sárkány Péter. Értelmes Élet sorozat 7. Jel Kiadó, Budapest 2007, 55.

²¹ Frankl, Viktor E.: *...mégis mondj igent az életre!* 16. és 112.

ennek. De hadd álljon itt egy olyan leírás, amelyet maga Frankl osztott meg a világgal. Miközben a koncentrációs tábor körülményei eltipornák, így változtat beállítódásán:

„[...] cselhez folyamodom: hirtelen látom magamat, amint egy jól megvilágított, szép, meleg és tágas előadóteremben az emelvényen állok, elöttem érdeklődve figyelő hallgatóság ül kényelmes fotelokban – s én beszélek; előadást tartok a koncentrációs tábor pszichológiájáról! S mindaz, ami most annyira nyomaszt és meggyötör, objektív megvilágításba került, minden elszenvedett kint a tudományosság magasabb szempontjai szerint mutathatók be és ábrázolhatók [...]. S ez a csel lehetővé teszi számomra, hogy valamelyest felülemelkedjem az adott helyzeten, a jelenen annak összes szenvedésével együtt.”²²

A jelenre és a szenvedésre összpontosító beállítódás megváltozott a képzeletbeli jövőbe lépés által. Az elképzelt tudományos előadás kiemelte őt a jelen lehúzó körülményeinek vizsgálatából, az efölötti kesergésből, és ezáltal erőforrásává lett. A jövő felfedezése, a jövőre irányuló, jelenbeli megélés új lehetőségeket kínál fel. Frankl később sokszor megélhette a fentebb leírt képzeletbeli jelenetet. Megtarthatta előadását lágerélményeiről, a foglyok pszichés működéséről, a fogság személyiségre gyakorolt hatásáról stb. Megélhette azt, amit a lágerben még csak elképzelni tudott. Képzete segítségével túlléphetett azokon a korlátokon, amelyek őt pillanatnyilag beszorították. Ugyanakkor látnunk kell azt is, hogy ez nem pusztán képzelgés volt, mert éppen a későbbi megvalósulás jelzi, hogy személyes lehetőségeinek egy olyan darabkáját lelte meg, amely valós reményforrásává lehetett. Ugyanis ez nem olyan felülkerekedés, amely csak a fikció világában jöhet létre, még akkor sem, ha az adott kontextus odataszítja. Olyan logoszra lelt, amely segített neki túllépni a jelen gyötrelmein. A jövő erőt adott a jelen elhordozásához.

„Tehát egy olyan megvalósítandó értéket tárt föl, amelynek lelkesítő vonzása erőt adott neki már a jelen szenvedései közepette. Frankl tudott dacolni a mával, mert volt kitekintése egy értékkel teli holnapra. [...] Általánosságban szólva a logoterápia éppenséggel mindig egy ilyen egészen személyre szabott, a kliens személyére vonatkozó értelem, megvalósítandó értéklehetőség gyógyító erejét ismeri föl, s abban segít, hogy azt maga

²² Frankl, Viktor E.: *...mégis mondj igent az életre!* 16. és 112.

a kliens találja meg – akár a megváltoztathatatlanul szembeni belső beállítódása megváltoztatásában.”²³

Ezt a logoterapeuta úgy is elérheti, hogy a jelent és jövőt elválasztó falat segít átmászni.

Böszörményi-Nagy Iván terápiája másra tekint. Az emberi életet ő maga is értelmes életnek véli, de nem összpontosít annyira az értelem megtalálására, hanem inkább az értelmes életet akadályozó kapcsolatok helyreállítására fordítja a figyelmet. Bizalmon alapuló terápiája a más emberek között élő személyre épít. Célja az, hogy egymás számára tárgygyá lett személyek újra emberekként találkozzanak egymással. A találkozásban van lehetőség az adásra és elfogadásra, a méltányosság és az igazságosság megtalálására. Ha Frankl az élet értelmének megtalálására összpontosít, Böszörményi-Nagy Iván inkább a kapcsolatok méltányos megélésére, a méltánytalanság feltárására és annak újra megtalálására tekint, és gondolkodásában így jelenik meg az etikai dimenzió. A hangsúly nála nem a terapeuta és lelkigondozott közötti kapcsolaton van, hanem a segítséget kereső személy és érintett hozzátartozói közötti kapcsolatokra kerül.²⁴

Míg Frankl az ember tetteire és lelkiismeretére figyel, Böszörményi-Nagy Iván inkább a kapcsolataiban és kapcsolatai által élő emberre. De Frankl nem szakítja ki az embert a maga kapcsolataiból, nem tesz semmiféle kísérletet arra, hogy elszigetelje. Sőt. Az általa leírt értelemkeresés nem(csak) belső, gondolati síkon megvalósuló utazás. Mert, aki

„[...] valaminek az értelmét (Sinn) keresi, gondolatilag egy irányba halad, utat, nyomot keres, például hogy kijusson egy krízisből. Mindez a szubjektum tevőlegességét hangsúlyozza, amely csak a környező világra való körültekintő ráhangolódással lehet eredményes. – A »sinnen« ma már csak átvitt értelemben veendő. Ezért aki szellemileg aktív, az mintegy útra kel. Nem az otthonában van, hanem – képletesen szólva – »mágán kívül«. Úton van egy maga által választott irányba. Ez a túllépő (transzcendáló) momentum markáns módon meghatározza az értelem (Sinn) jelentéstartalmát. – (4.) Aki tehát értelmesen akar élni, nem maradhat meg önmagánál, saját vágyai és ösztönei kielégítésénél, hanem szabaddá kell válnia tőlük. Az értelemhez vezető út tehát az önelidegedésen vagy az önma-

²³ Bakos Gergely OSB: Viktor E. Frankl és a filozófiai lelkigyakorlatok. Logoterápiai bevezetés a bölcséleti praxisba. In: Egyed Péter (szerk.): *i. m.* (62–82) 77.

²⁴ Meulink-Korf, Hanneke – Rijn, Aat van: *i. m.* 48.

gunkon való túllépésen (öntranszcendencián), valamint az önmagunktól és saját érdekeinktől való eloldódáson keresztül vezet.”²⁵

Az önmagától eltávolodni képes ember tud csak közelíteni másokhoz, ha képes mások jogosultságát (Böszörményi-Nagy Iván) figyelembe venni, és számolni saját destruktív jogosultságával. Ezen a ponton a két nézet kiegészítő jellegére hívnám fel ismételten a figyelmet. Míg Frankl az öntranszcendenciát nem feltétlenül a másik emberhez való kapcsolódásban látja és nem (csak) a másik emberre nézve írja le, addig Böszörményi az embert annak kontextusában és az abban létrejövő jogosultságokban és lojalitásokban szemléli. Böszörményi előtt a múlt-jelen-jövő által meghatározott ember áll. A jövő pedig legalább olyan hangsúlyos, mint a múlt vagy a jelen. Frankl, akárcsak Böszörményi, számol az ember kapcsolatiságával, de az öntranszcendenciát a kapcsolatiságnál szélesebb perspektívaként látatja. De míg Böszörményi megmarad a kapcsolataiban létező és kapcsolatai által élő embernél, Frankl az emberi létezés célját a kapcsolatiságon túli, de attól nem feltétlenül elszakadó lehetőségként definiálja. Frankl számára a létezés célja lehet más, mint a mellettem élő ember. Míg Böszörményi arra irányítja rá a figyelmünket, hogy a pillanatnyi érdekeitől elszakadni képes ember a kapcsolatai által lesz erre motivált, Frankl úgy általában a külső és belső dolgok által motivált ember számára keresi a motivációs lehetőségeket.

Frankl nem abba az irányba indul el, amelybe Böszörményi-Nagy Iván, de számol az ember kapcsolatiságával. Sőt az ember elsődleges mozgatóját annak Istennel való kapcsolatában fedezi fel:

„Én is közel álltam a halálhoz. Mi szabadított meg? [...] Isten ezer csodája, amely naponként és óránként megújult.”²⁶

Frankl értelemkeresése ebből az Istenhez kötődő antropológiából indul ki, noha erről elég későn szerzett tudomást a világ.²⁷

²⁵ Biller, Karlheinz– Stiegeler, Maria de Lourdes: Viktor Emil Frankl logoterápia és egzisztenciaanalízisének szótára (részletek) In: Egyed Péter (szerk.): *i. m.* (154–190) 187.

²⁶ Frankl, Viktor E.: *Gesammelte Werke*. Band 1: *...trotzdem Ja zum Leben sagen. Und ausgewählte Briefe 1945–1949*. Herausgegeben von Alexander Batthyany, Karlheinz Biller und Eugenio Fizzotti. Böhlau Verlag, Wien–Köln–Weimar 2005, 129–132.

²⁷ Itt egy 2004-ben megtalált magnófelvétel átiratára utalunk, amely Pinchas Lapide vallásfilozófussal való beszélgetését tartalmazza. 2004 májusában fedezték fel Frankl személyes hagyatékában. Ld. Alexander Batthyány: Istenkeresés és értelemkérdés. In: Frankl, Viktor E. – Lapide, Pinchas: *i. m.* 115–126.

„[...] szüleitől örökölt egyfajta mély, igazán jámbor [nem bigott] istenhitet és világnézetet, amelyben eleve benne volt a világ mint értelmes egész, s az ember mint az értelmesség megvalósítására meghívott lény ősi gondolata. A spiritualitáshoz Frankl szerint hozzátartozik hinni abban, hogy igenis van értelme annak, amit teszünk akkor is, ha a gonosz elhatalmasodása során nagyon kevés szabadtere marad egy embernek a cselekvésre.”²⁸

Nem ritka, hogy követői éppen ezen a ponton mutatnak rá a végső létigazolásra, a lét értelmességére.

„Ha már élek, akkor igent mondok arra, hogy az Örökkévaló is – öröktől fogva – igent mondott a létemre, énrám. Elfogadom életemet. Beleegyezek földi létembe. Igenlem azt. Megpróbálom kifejezni és megtestesíteni azt a nagy igent, amit az Örökkévaló öröktől fogva mondott énrám.”²⁹

Az emberi relationalitásban újabb találkozási pontot fedezhettünk fel Viktor E. Frankl és Böszörményi-Nagy Iván között. Az alábbiakban ezt szeretném tovább árnyalni Frankl lelkiismeretről szóló tanításával és Böszörményi-Nagy Iván jogosultságról vallott nézetének egybevetésével.

Jogosultság, lelkiismeret és felelős létezés

Frankl számára az emberi létezés felelős létezés. Ha pedig az ember az élet értelmére akar rátalálni, akkor a felelősségérzetét kell növelni, amely a lelkiismeretre való figyelés által történhet. A lelkiismeret egy adott helyzetben mondja meg azt, hogy mit kell tennie az embernek. Itt Frankl tanítása Böszörményi-Nagy Iván jogosultságra (entitlement) vonatkozó gondolataival érintkezik. Éppen csak hogy összeér, de mégis összeér.

„Frankl az értelemmel való betöltöttség, értelembeteljesítés alatt nem feltétlenül reflektált-tematizált állapotot ért. Inkább készséget, amely az embert alkalmassá teszi egyrészt arra, hogy életében olyan tetteket hajtson végre, amelyeket függetlenül annak jelenbeli és következményeinek jövőbeli hedonikus tónusától megvalósításra valóban érdemesnek érez; más-

²⁸ Zsók Ottó: Viktor Frankl és a spiritualitás. In: Egyed Péter (szerk.): *i. m.* (218–244) 234.

²⁹ Uo. 219.

részt arra, hogy az általa nem módosítható adottságokat is valamiképp megélésre érdemesként tudja átélni.”³⁰

Frankl a felelős létezés értelmét az önmaga és léte közötti kapcsolatot fedező emberben találja meg. Ugyanakkor azt is hangsúlyozza, hogy ez a létezés lehet a másik emberért vagy másokért való létezés. Itt elég nagy a különbség kettejük között, hiszen Böszörményi számára inkább az exterioritás a mérvadó. Mégsem lehet és szabad nekünk szembeállítanunk e két nézetet, sőt inkább felfigyelhetünk arra, hogy kiegészítik egymást. A kapcsolópont pedig a felelős létben fedezhető fel leginkább. Ez annyira mélyen benne gyökerezik Frankl szemléletében, hogy terápiájának lényegéről összességében a következő mondható el:

„A logoterápia arra törekszik [...], hogy a szellemit tudatosá tegye; egzisztenciaanalízisként pedig arra, hogy mindenekelőtt a felelős létet tudatosítsa.”³¹

Összegzés

Viktor Emil Frankl nem találja korának divatos pszichoanalízisét kellően kimerítőnek az emberi lét és viselkedés magyarázatára, mivel az ember pszichikai ösztönkésztetései számára nem bírnak kellő mélységgel. Max Scheler filozófiai antropológiája és etikája alapján az értékeket látja az ember lényegi mozgatórugójának. Az ember ezeknek megvalósítása által tapasztal értelmet. A kontextuális szemléletű lelkigondozás európai meghonosítói úgy látják Böszörményi-Nagy Ivánt, mint aki erre a kérdésre keres választ:

„[...] mi alapján működik egy emberi rendszer, és hogy mi motiválja az embert leginkább. [...] Az emberek néha azzal ellentétesen viselkednek, mint amivel (külső szemlélőként) [...] számolhatnánk. Például olyan döntéseket hoznak, amelyek ellentmondanak alaphelyzetüknek, hajlamaiknak, és mindannak, amire jelenlegi pozíciójuk alapján számíthatnánk. [...] Az erkölcs nem a természetes vagy tényszerű adottságok adaléka, hanem a legbelsőbb hajtóerő, amely az embereket tények, ösztönök, érzések és interakciók közepette mozgatja.”³²

³⁰ Konkoly Thege Barna: *i. m.* 264.

³¹ Biller, Karlheinz – Stiegeler, Maria de Lourdes: *i. m.* 184.

³² Meulink-Korf, Hanneke – Rijn, Aat van: *i. m.* 30–31.

Tehát Böszörményi-Nagy Iván számára az ember alapvetően etikai meghatározottságú. Ugyanígy Frankl számára is, hiszen ő is az etikai vagy legáltalában az értékétika talaján mozog akkor, amikor az ember legmélyebb mozgatójának az értékeket látja, és nála

„[...] az ember elsődlegesen és legalapvetőbben nem az örömrre, élvezetre vagy a hatalomra (noha ezekre is), nem is a homeosztázisra, a halál és a szenvedés kerülésére vagy külső megerősítőkre törekszik, hanem arra, hogy életét értelmesnek érezze (Frankl, 1996). Frankl nem azt állítja, hogy az előbbiek az ember motivációs rendszerében nem bírnak jelentőséggel, csak azt, hogy ezek csak másodlagosak, vagy éppen az értelmes életvezetés járulékos következményei.”³³

„[Frankl] (egzisztencia)filozófiai értelemben is kifejti, hogy mi valójában az egzisztencia. Ez esetben antropológiának tekinthető, hiszen lényegi kijelentéseket tesz az emberről. Így például azt a felismerést közvetíti, hogy az ember csak akkor ember, tehát csak akkor egzisztál, ha valaminek szenteli magát, ami nem ő maga [...] Módszerként az egyes ember történetét az értelem és értékek szempontjából vizsgálja át.”³⁴

Ebben is hasonlít Böszörményi-Nagy kontextuális irányzatához, hiszen ő is antropológiai és filozófiai alapokon építkezik. A terápiát az ember kapcsolatiságából, tehát antropológiai megalapozásból indítja.³⁵ Úgy gondolom, hogy találkozási pontjaik elsősorban antropológiai kérdésfelvetésükből születtek. Emellett mindketten a maguk etikai dimenziójában látják az embert, vagyis olyan lénynek, amely értékek létrehozásában és felfedezésében motivált, vagy értékeket létrehozó, adásra képes és adásra ösztönzött, de ugyanakkor értékek elfogadására képes személy. Ugyanakkor megállapíthatjuk, hogy mind Viktor E. Frankl, mind Böszörményi-Nagy Iván emberről vallott nézete és pszichoterápiás tanítása integratív jellegű, tehát alkalmas arra, hogy összefogja a sokirányú pszichoterápiái nézeteket.³⁶

³³ Konkoly Thege Barna: *i. m.* 262.

³⁴ Biller, Karlheinz – Stiegerler. Maria de Lourdes: *i. m.* 154–155.

³⁵ Michielsen, May – Mullingen, Wim van – Hermkens, Leen (szerk.): *Összetartozásban. A kontextuális segítségről.* Ford., jegyz., bev.: Kiss Jenő. Exit, Kolozsvár 2010, 46–60.

³⁶ Noha a logoterápiát és központi fogalmát, „az élet értelmességét sokszor illetve az a kritika, hogy túl filozofikus és a modern tudományosság számára ezért irreleváns”, a logoterápia elméleti kerete számos „az empirikus tudományeszménynek is megfelelő kutatást inspirált”. Ebből is látszik a benne rejlő integratív lehetőség. Hogy milyen sokirányú kutatásra és terápiás

Felhasznált irodalom

- Bakos Gergely OSB: Viktor E. Frankl és a filozófiai lelkigyakorlatok. Logoterápiai bevezetés a bölcséleti praxisba. In: Egyed Péter (szerk.): *Logoterápia és egzisztenciaanalízis*. Logoterápia és Egzisztenciaanalízis Nemzetközi Tudományos Egyesület (LENTE), Kolozsvár 2015, 62–82.
- Barth, Karl: *Die Kirchliche Dogmatik. Dritter Band. Die Lehre von der Schöpfung. Zweiter Teil*. Evangelischer Verlag A. G. Zollikon, Zürich 1948.
- Biller, Karlheinz – Stiegeler, Maria de Lourdes: Viktor Emil Frankl logoterápia és egzisztenciaanalízisének szótára (részletek) In: Egyed Péter (szerk.): *Logoterápia és*

integrációra nyújt lehetőséget, láthatjuk azt Konkoly Thege Barna kutatásösszegzésének alábbi részletéből is: [A] „halál közeledtével az értelmesség iránti vágy, illetve az egzisztenciális kérdések iránti nyitottság mind a halálra készülöben, mind sok esetben a hozzátartozókban egyre fokozódik (Fletcher, 2004), így a logoterápia a terminális betegségben szenvedők és a gyászolók segítése során is jól alkalmazható. Az ember minden körülmények közt fennmaradó (noha korlátok közötti) szabadságának és felelősségének tudata segíti a kontrollézés visszaszerzését, és csökkenti a haláltól való félelmet (Yalom, é. n.), illetve érdemben hozzájárulhat az életminőség fenntartásához, javításához. A szeretteiket elvesztett hozzátartozóknak pedig különösen a logoterápia és egzisztenciaanalízis beállítódási értékekre koncentráló megközelítése lehet segítségükre (Wurm, 1992). A logoterápia a rehabilitáció területén is fontos szempontokkal tud szolgálni. Lukas (1990) tapasztalatai szerint azon alkoholbetegek tudják többnyire végleg leküzdeni betegségüket, akiknek gyógyulásukkal valami önmagukon túlmutató céljuk van, akiknek valamiért, valakiért kell megszabadulniuk az alkoholfüggőségtől. A logoterápia sikeresnek bizonyult más szerfüggők rehabilitációjában is: Frankl (1983) egy e tárgyban folytatott program utánkövetése kapcsán mindössze 5,5 %-os visszaesési rátáról számol be, mely még az igen csekély, 36 fős elemszámot figyelembe véve is figyelemre méltó eredmény. Breitbart és munkatársai (2004) vizsgálatai szerint is a súlyos, krónikus betegségben szenvedők az egzisztenciális kérdésekkel való foglalkozás fokozott igényéről számoltak be, amellyel kapcsolatban a (csoportos) logoterápiás intervenció kifejezetten adekvátnak bizonyult. Ugyanezen tanulmány szerint a beavatkozás következtében javuló átélt értelmesség javítja e betegek esetében nemcsak a pszichológiai jóllétet, hanem a tünetek és a fájdalmak tolerálását is. Thompson és munkatársai (2003) 1391 gerincvelősérült vizsgálata kapcsán az értelemmel való betöltöttség mediáló szerepét találták a szorongás, ellenségesség, szociabilitás és az egészségi állapotra vonatkozó belsőkontroll-hít, valamint a sikeres alkalmazkodóképesség kapcsolata között; vagyis a jó alkalmazkodás eddig feltárt meghatározói mögött legalább részben az értelmesség áll. Az elszennvedett funkciókárosodás mértéke azonban nem állt kapcsolatban az értelmesség megélt szintjével, tehát a jelenség nem tulajdonítható a kevésbé súlyos sérüléseknek sem. Kemeny és Gruenewald (2003) munkája szerint a poszttraumás növekedés szintén feltételezi a trauma értelmének megtalálását, vagyis a Frankl által beállítódási értéként leírtak érdemben hozzájárulhatnak a traumákkal való sikeres megküzdéshez.” Konkoly Thege Barna: *i. m.* 266–270.

- Egzisztenciaanalízis. Logoterápia és Egzisztenciaanalízis Nemzetközi Tudományos Egyesület (LENTE), Kolozsvár 2015, 154–190.*
- Böszörményi-Nagy Iván – Spark M., Geraldine: *Láthatatlan lojalitások*. Animula, Budapest 2018.
- Elekes Szende: Az öntranszcendencia fogalmának interdiszciplináris megközelítése. In: Egyed Péter (szerk.): *Logoterápia és egzisztenciaanalízis*. Logoterápia és Egzisztenciaanalízis Nemzetközi Tudományos Egyesület (LENTE), Kolozsvár 2015, 19–34.
- Frankl, Viktor E.: *A szenvedő ember*. Ford. Bruncsák István, Kalocsai Varga Éva. Értelmes élet 11. Jel Kiadó, Budapest 2012.
- Frankl, Viktor E.: *Gesammelte Werke. Band 1: ...trotzdem Ja zum Leben sagen. Und ausgewählte Briefe 1945–1949*. Herausgegeben von Alexander Batthyany, Karlheinz Biller und Eugenio Fizzotti. Böhlau Verlag, Wien–Köln–Weimar 2005.
- Frankl, Viktor E.: *...mégis mondj igent az életre!* Ford. Kalocsai Varga Éva. Értelmes Élet 6. Jel Kiadó, Budapest 2007.
- Frankl, Viktor E. – Lapide, Pinchas: *Istenkeresés és értelemkérdés. Párbeszéd*. Fordította: Szemere János. A Függelék tanulmányait írta: Batthyány Alexander, Ruth Lapide és Sárkány Péter. Értelmes Élet sorozat 7. Jel Kiadó, Budapest 2007.
- Kiss Jenő: Kire néz a lelkigondozás, és mi a célja? In: Adorjáni Zoltán (szerk.): *Studia Doctorum Theologiae Protestantis*. Kolozsvári Protestáns Teológiai Intézet, Kolozsvár 2015, 121–133.
- Konkoly Thege Barna: Frankl logoterápia és egzisztenciaanalízise az egészségpszichológia kontextusában. In: *Pszichológia* 27. (2007/3), 261–274.
- Meulink-Korf, Hanneke – Rijn, Aat van: *A harmadik, akivel nem számoltak*. Ford. Kiss Jenő. Teológia Praxis 1. Exit Kiadó, Kolozsvár 2009.
- Michielsen, May – Mullingen, Wim van – Hermkens, Leen (szerk.): *Összetartozásban. A kontextuális segítségről*. Ford., jegyz., bev.: Kiss Jenő. Exit, Kolozsvár 2010.
- Simango, Daniel: The Imago Dei (Gen 1:26–27): A History of Interpretation from Philo to the Present. In: *Studia Historiae Ecclesiae* Vol. 42. (2016/1), 172–190. DOI: <http://dx.doi.org/10.17159/2412-4265/2016/1065> (2019. jún. 2.).
- Zsók Ottó: Viktor Frankl és a spiritualitás. In: Egyed Péter (szerk.): *Logoterápia és egzisztenciaanalízis*. Logoterápia és Egzisztenciaanalízis Nemzetközi Tudományos Egyesület (LENTE), Kolozsvár 2015, 218–244.