

ELISABETH LUKAS

## A bölcsesség mint orvosság

### Viktor E. Frankl hozzájárulása a pszichoterápiához

Szerző: Elisabeth Lukas  
ISBN 9978-615-5147-47-0  
Kiadó: Budapest, Jel Kiadó, 2014 (192 oldal)  
Sorozat: Értelmes Élet

Az ember értelemkereső lény. Ez a felismerés áll – Freud és Jung után – a Viktor E. Frankl által alapított harmadik bécsi pszichoterápiás iskola, a logoterápia és az egzisztenciaanalízis, az értelemközpontú pszichoterápia középpontjában. Frankl értelmezésében az élet minden helyzetben élni akar, így az élet végső értelme maga az élet. *„Mi tehát az ember? Az a lény, aki mindig maga dönti el, hogy mi. E lény azonos lehetőségét hordoz magában arra, hogy lesúlylyedjen az állat szintjére vagy, hogy az életszentséghez emelkedjen fel. Az ember az a lény, aki kitalálta a gázkamrát; de ugyanakkor az a lény is, aki belépett ezekbe a gázkamrákba, egyenes tartással, a Miatyánkkal vagy a zsidó haldoklók imájával az ajkán.”*

A logoterápia és egzisztenciaanalízis magyarországi népszerűsítésének céljával indult útjára 2004-ben a Jel Kiadó Értelmes Élet sorozata. Jelen kötet szerzője Frankl egyik legrégebbi tanítványa, a logoterápiás módszer továbbfejlesztője, az osztrák pszichológus és pszichoterapeuta Elisabeth Lukas. Könyve olyan kérdésekre keresi a választ, hogy miért nevezhető a logoterápia teljes lélektani és életbölcseleti rendszernek, az ember miként tud törekedni az értelemes életre, vagy, hogy milyen utak vezetnek a félelemtől

a szeretet felé. A logoterápia kifejezése a számos jelentéssel bíró *logosz*ra utal, amely Franklnál *érték és értelem* jelentéssel bír. A logoterápia olyan eljárás, mely a terápiás vagy tanácsadási (educatio) helyzetben előforduló érték- és értelemproblémát tematizálja, s azt a terápiás folyamatba szignifikánsan beépíti. A logoterápia középpontjában – hasonlóan Max Ferdinand Scheler és Karl Theodor Jaspers gondolataihoz – a lét értelmére való törekvés áll. Az egzisztenciaanalízis a terápia filozófiai, antropológiai összefüggéseit szemléli, olyan, az emberlét sajátosságát kifejező kategóriákat boncolgatva, mint a létezés, szabadság, vagy a felelősség kérdései. Frankl módszere holisztikus szemléletű, sajátos megközelítésében az ember három releváns, egymással szorosan összefüggő és együttműködő részből áll: van egy szomatikus (testi), egy pszichikus (lelki) és egy noetikus (szellemi) dimenziója. A holisztikus kiindulási alap a terápiás módszerben és érvrendszerben tükröződik vissza. Ahogy Lukas fogalmaz: *„Mert az egésznek értelme van, s minden alkotóelemnek is van értelme – így az emberlét megszólítottágot jelent. Mert az egésznek értelme van, ezért létezik maradandó értelem – az emberlét annyit tesz, mint tevékenynek lenni. Mert az egésznek értelme van, kapcsolódásai is értelemesek – ember-*

nek lenni annyit tesz, hogy kapcsolatainkban létezzünk.” E gondolatban talán felfedezni vélhetjük a Max Wertheimer nevével fémjelzett gestaltpszichológia egyik tételét, mely szerint az egész alak észlelete több a részek egyszerű összegénél, és az egész a részekhez képest elsődleges. A logoterápia szembefordul azzal az egyoldalú értelmezéssel, ami azt sugallja, mintha az ember csak az én számára értelmet keresné. Az értékek és a mindenkor értelem nem elsősorban önmagunkban, hanem a világban keresendők. Maga

az élet az, ami a kérdéseket felteszi, s nem az egyes ember, így neki az a feladta, hogy válaszoljon, értékeket valósítson meg. Az értelem ebből fakad, s nem pedig a saját igényeink kielégítéséből.

Az elméleti tézisek kifejtése mellett Lukas olyan kérdésekkel is foglalkozik jelenlegi kötetében, mint a borderline-szindróma, vagy a krízisek kérdésköre. A borderline személyiségzavar a hangulat szélsőséges ingadozásával, önkárosító tünetekkel és kínzó érzelmi állapotokkal járó tünetegyüttes, valamint a személyközi kapcsolatok, és az énkép/én-identitás instabilitásával jellemezhető súlyos személyiségzavar. Becslések szerint az átlagnépesség 2-3%-át teszik ki, így a személyiségzavar típusok között a leggyakoribb személyiségzavar. A kötet a borderline-szindróma dimenzionálintológiai megközelítésében a frankli emberképpel operál. Lukas négy „tartóoszlopról” beszél, mely szerint a test és lélek nem azonosak, (de) a test és lélek egységet alkotnak, (mégis) a test és lélek nem teszi ki az

ember egészségességét, (ezért) szükség van a noetikus dimenzió észrevételére is. A gyakorlati megközelítésben a lelki gondozói, terápiás folyamatban szükséges a szomatikus, a pszichikus, és a noetikus dimenziók kezelésére a gyógyulás érdekében.

A krízisről (ő is) úgy vélekedik, hogy az Janus-arcú jelenség: a könyv terminológiája szerint vagy leblokkoló, vagy vitalizáló hatással bír. Lukas felteszi a kérdést: Értelmezhető-e a szenvedés értelme? S a szenvedés teológiai értelmezésében is ott az értelemkeresés:

hol van Isten az ember, a homo patient (a szenvedő ember) szenvedésében? A patodiceával és teodiceával szembeni egyetlen emberi viselkedés Jób beállító-dása, aki meghajol a titok előtt, és Szókratészé, aki azt bár azt állította, hogy ő tud valamit, de csak azt, hogy nem tud semmit...

Bár a 2014 áprilisában megjelent könyv elsősorban nem teológiai szakirodalom, mégis jó reménységgel ajánljuk teológusoknak és gyakorló lelki gondozóknak. Hiszen a teológia és pszichoterápia egymással határos tudományágak, ahol a demarkációs vonalat az időfolyam alkotja, mely elválasztja a mulandót – amivel a pszichoterápia foglalkozik – az öröktől, amelyet a teológia hirdet. Frankl – és jelen kötetében Elisabeth Lukas – nem riadnak attól vissza, hogy hidat verjenek a két tudományág közé, és bár a logoterápia egyértelműen a pszichoterápia területén helyezkedik el, mégis a híd lábánál, át-áttekintve a pásztori teológia oldalára is.

Sajtos Szilárd

