

LOGOSFERA

ČASOPIS HRVATSKE UDRUGE ZA LOGOTERAPIJU

Godina III, br. 4, svibanj 2017.



ŽIVOT KAO DAR

**INTERVJU
HARALD MORI**

NAJAVA:

III. LOGOTERAPIJSKI KONGRES

ŽIVOT U SVIM SVOJIM NIJANSAMA

15 KUNA

ISSN 2459-5179



LOGOS

Časopis Hrvatske udruge za logoterapiju

Počasni urednik:
Cvijeta Pahljina

Odgovorni urednik:
Barbara Pahljina

U pripremi ovoga broja sudjelovali:
Ivana Bašić, Darko Beljan, Martin Kajtazi,
Ana Sarić, Petar Smontara

Oblikovanje i priprema za tisak:
Senka Blažeković

Fotografije:
Elma Burnić, obitelj Dujmić,
sr. Berislava Mirjam Grabovac, Hrvoje Hodak,
Martin Kajtazi, Vedran Mulović, Petar Smontara

Izdavač:
Logos – Hrvatska udruga za logoterapiju
Nova cesta 48, 10000 Zagreb

www.logoterapija.com

Naklada:
500 kom.

Tisak:
Stega tisak, Zagreb

Svoje priloge, komentare i primjedbe možete slati
na e-mail adresu: barbarapahljina@yahoo.com

Slijedeći broj izlazi u listopadu 2017. godine

SADRŽAJ

Uvodnik - Život u svim svojim nijansama ...	03
Intervju s Krešimirom Butkovićem	05
Život kao dar	08
Majčinska ljubav	10
Savjest - svetište osobe	12
Kad bih bila unutar sebe	14
Intervju s Haraldom Morijem	15
Početak	18
Terapijski pas	25
Filmoterapija u logoterapijskoj praksi.....	27
Smisao darivanja.....	30
Završena autobiografska godina skupine CRO-B	33
Najava kongresa	35

„Gdje bi sve riječi bile premalo,
ondje je svaka riječ previše.“

Viktor FRANKL

Uvodnik

ŽIVOT U SVIM SVOJIM NIJANSAMA

Piše: Cvijeta PAHLJINA

Svi smo mi školjke sa biserima. Potrebno se otvoriti svijetu da bi u tome biseru mogli uživati i drugi, da bi im mogli dati to što nam je najdragocijenije, da bi im mogli prenijeti hrabrost, ustrajnost i radost življenja.



Život pršti od sunca, od duginih boja, od najrazličitijih živih bića i “nežive” prirode, koja je prekrasan okvir i kolijevka života. Stajati na snježnom vrhuncu Alpi ili uroniti u plavu dubinu mora je neponovljiv doživljaj, koji nas ispunja oduševljenjem i zahvalnošću. Na ovom našem prelijepom planetu je toliko razloga za zahvalnost i oduševljenje, koji mogu ispuniti svaki naš dan. Smijeh, veselje, ljubav, dragocjeni osjećaji, koje može razviti svako ljudsko srce su prisutni već u ranoj dječjoj dobi, ali i prije toga. U glazbenom muzeju u Beču je instaliran eksponat, koji proizvodi glazbu otkucaja majčinog srca, kojega čujemo već tada “pod majčinim srcem” Već tada smo sposobni čuti, osjetiti nježnost i ljubav, radovati se.

Ne znamo još što nas čeka nakon prelaska granice rođenja u život na zemlji. Jednako tako ne znamo što nas čeka iza granice života na zemlji i onoga na “drugoj strani”. U oba slučaja samo naslućujemo neke tajanstvene mogućnosti.

U psihoterapijskoj ordinaciji često čujemo izjave: Mene nitko nije pitao dali želim ovaj život !

Nakon pokušaja samoubojstva, nakon teške životne krize, nakon dijagnoze ozbiljne bolesti, osobe često promijene svoj stav i žele živjeti da bi mogle čim više toga dati drugima, ostvariti neki plan, koji su već dugo imali pripremljen. Svi smo mi školjke sa biserima. Potrebno se

otvoriti svijetu da bi u tome biseru mogli uživati i drugi, da bi im mogli dati to što nam je najdragocijenije, da bi im mogli prenijeti hrabrost, ustrajnost i radost življenja.

Mala osmogodišnja Paula se izgubila u gustoj šumi berući jagode. Hodajući nepoznatim stazama srela je dobru vilu, koja joj je bila spremna ispuniti 3 želje. Prva želja je naravno bila pronaći put kući! Druga želja je bila imati dobre ocjene u školi, a treće želje se nije mogla sjetiti pa ju je ostavila za kasnije, za "bilo kada" u životu. To "bilo kada" se pojavilo nakon 20 godina. Tražila je tada odgovor na pitanje zašto živjeti dalje? Kakav je smisao života? Dobra vila joj je tada pokazala pokrajinu iza šume u kojoj je vladala bolest, zatim pokrajinu u kojoj se odvijao rat i konačno pokrajinu u kojoj su ljudi umirali od gladi!

Paula se rastužila, i pomislila kako je život prekratak da bi riješila sve te probleme, no utješila ju je pomisao, da može barem nešto napraviti za neko dijete iz tih pokrajina.

Pri tome je pozvala u pomoć sve životinje, koje je poznavala, svo drveće i cvijeće iz prašume i sve svoje prijatelje, koje je usput susretala. Sjetila se i svoga Anđela Čuvara, koji može odletjeti do Anđela Čuvara svakog djeteta u svim tim pokrajinama, i prenijeti poruku da djeca nisu sama, jer postoji Netko tko ih je na taj svijet poslao i tko ih voli beskonačnom ljubavlju i čeka na kraju zemaljskog puta, da ih odvede u pokrajinu u kojoj nema bolesti, u kojoj nema ratova, u kojoj nema gladi niti suza...pokrajinu obasjanu suncem i duginim bojama... **L**

"Ljubav je jedini način da se drugo ljudsko biće pojmi u najdubljoj srži njegove osobnosti. Nitko ne može biti potpuno svjestan same biti drugog ljudskog bića ako ga ne voli. Ljubav mu omogućava da vidi bitne crte i značajke voljene osobe.

Viktor Frankl



INTERVJU S KREŠIMIROM BUTKOVIĆEM

Razgovarao: Fran NUCAK



pripremao se skočiti. U tom trenutku čuo sam glas u glavi koji mi je rekao: "Nemoj, nastradat ćeš!" Tko, što i otkud se pojavio taj glas, ne znam, no znam da je taj skok jednostavno bio sudbonosan, morao se dogoditi. Skočio sam i umjesto da se rukama odbijem od travnatog dna meni su ruke proslizivale preko trave na kamenu koji nisam primijetio. Udario sam glavom u kamen, čulo se "krc" i na mjestu sam ostao nepokretan od vrata naniže. Utapao sam se u pola metra dubine jer nitko nije shvatio da sam slomio vrat i da sam nepokretan. Znači, podsvjesno sam znao da bi nešto moglo poći po zlu, no na svjesnoj bazi previše sam bio siguran u sebe i svoje plivačko i skakačko iskustvo koje me je koštalo buduće nepokretnosti.

Fran: Jeste li se bojali za vlastiti život nakon nesreće?

Krešimir: Kad čovjek nastrada i u životnoj je opasnosti onda u njemu proradi instinkt. Iako sam se davio pod morem jer nisam mogao do zraka trpio sam užasnu bol u plućima i tijelu. Trebao sam zrak, a nisam ga dobivao. U trenutku sam pomislio, ma k vragu i sve, ispustit ću taj posljednji trag života u sebi i poći na dno. Božja providnost mi je dala još par sekundi života, ugledao sam mjehuriće vode kako prilaze k meni. Izvukli su me na suho i neopisiv je osjećaj ponovno udahnuti. Kasnije sam bio pri svijesti i nisam sumnjao da ću preživjeti i ponovno prohodati. Nažalost, moj put se pretvorio u višegodišnji boravak u bolnicama. Prva stanica je bila intenzivna njega na KBC-u u Rijeci gdje sam gotovo dva mjeseca bio pod respiratorom i borio se za život. Tada sam izgubio 30 kilograma i bio sama kost i koža. Doktori su sumnjali u moje preživljavanje. Moja želja za životom bila je jača, tada, a i kasnije u Zaraznoj gdje sam se borio za život jer sam imao sepsu, MRSA-u i tko zna kakvu sve bakteriju zbog koje mi je visio život o tankoj niti. Borio sam se za život i u "Traumi" gdje su mi liječili jedanaest dekubitusa. Niti jednom nisam posumnjao

Krešimir Butković, osoba koja je preživjela nemoguće. Kao mladić u Senju je skočio u more na glavu i doživio tešku nesreću. Stradala je kraljeznica i uslijedile su duge godine oporavka. Danas je poznat kao nadareni književnik, novinar i tekstopisac. Na nekoliko postavljenih pitanja g. Butković je dao odgovor:

Fran: Kako to da ste se tada u Senju odlučili skočiti na glavu u more i jeste li u tom trenutku pomislili da bi nešto moglo poći po zlu?

Krešimir: Dakle, skok u Senju dogodio se davno. Točnije 24.7.1990.godine. Sto puta sam u glavi odvrtio taj trenutak, vraćao na početak i pokušavao odgonetnuti što mi je, zapravo, bilo u glavi. Omara, vrućina, spremalo se na kišu, jel moja sramežljivost još doprinijela tomu, ne znam. Stao sam na rub betonske plaže koji je nekih metar i pol bio viši od površine mora. Namreškano more mi je dalo krivu procjenu dubine. Stajao sam i

u život. Uvijek sam bio fajter i rijetko kad odustajem i gubim nadu.

Fran: Koliko je trajao oporavak i jeste li se nakon oporavka bojali ponovno ući u more?

Krešimir: Oporavak po bolnicama i toplicama trajao je od srpnja 1990. do ožujka 1994. No, nakon fizičkog oporavka uslijedila je depresija i psihičko udaljevanje od stvarnosti, izbjegavanje druženja, izlazaka, asocijalnost, agorafobija i potreba za samoćom i tamnim, sigurnim kutcima moje sobe. Totalna izolacija. Strašno sam se bojavao mora, imao fobiju i kad bi dolazili na Rab na trajektu bih pozelenio od straha. Srećom, dugogodišnja psihoterapija mi je pomogla da slomim gotovo sve fobije u sebi te da se vratim moru, ponovno zaplivam, ali i da sa svojim prijateljem Slavkom Rakom i prijateljima s Raba te Udrugom invalida kvarnerskih otoka, posebice velikim doprinosom tajnice udruge Rezikom Janković pokrenem plivački maraton za osobe s invaliditetom koji sad bilježi već sedmu godinu svog humanitarnog djelovanja. Ne smijem zaboraviti spomenuti Grad Rab, Udrugu Kocka te ronilački klub Amfora i udrugu Komin s mog Barbata na Rabu koja sada preuzima lavovski dio organizacije koja se tiče gastronomske podrške i okrijepe te proslave maratona ali i samog izjednačavanja OSI s cijelim društvom. U moru smo svi jednaki, a jednake mogućnosti su intencija maratona kojim želimo skrenuti pozornost javnosti na samu problematiku osoba s invaliditetom.

Fran: Kako gledate na „burnu“ mladost i kako to doba možete usporediti sa životom kojim danas živite?

Krešimir: Moja "burna" mladost je zapravo mladost mnogih tinejdžera osamdesetih godina. Ništa posebija od drugih. Izlasci u diskoteke, prva pijanstva, tuče, utakmice, prva generacija BBB-a, ljubavi, nesigurnost, inicijacija u škvaldu, škola, nogomet u kvartu, turniri u malom nogometu. Velim, u ono vrijeme je to bilo normalno, bili smo povodljivi glede akcijskih filmova i identifikacije s likovima, a i Novovalni bendovi pjevali su o tom vremenu. Bilo je to romantično vrijeme "heroja ulice" koji će tek koju godinu kasnije svoju hrabrost dokazivati na bojišnicama Domovinskog rata, a taj vjor tamnog i barutnog rađanja naše domovine

iskusila su i oba moja brata, prvo stariji brat Dean, a potom i moj pokojni brat blizanac Tomislav. Život koji danas živim je dijametralno suprotan od mladenačkih dana. Već samim stradanjem promijenio mi se mentalni sklop, agresivnost se pretvorila u strpljivost, onu bolesničku u kojoj trpiš, vježbaš i iščekuješ neke pomake. U međuvremenu odrastaš i dobro shvatiš one riječi; molim, hvala, izvoli, oprosti. Život kvadruplegičara znači biti doživotno ovisan o tuđoj pomoći, od dodane čaše vode pa do svega ostalog. Roditelji stare, no potreba za pomoći ostaje, stoga se i dandanas nakon 27 godina još uvijek borimo za izgradnju doma za OSI kako bi se pravilno skrbrilo o ljudima o kojima više nitko ne može skrbiti. Glede mene danas, sa svojih 44 godine mogu samo reći da sam ozbiljno dijete koje se sa smiješkom prisjeća svojih ludorija, ne preporuča ih nikome, no dio su mene i dio su procesa odrastanja koje je promijenilo moje stajalište i životne svjetonazore.

Fran: Mnogi uživaju u vašoj poeziji. Vaš autobiografski roman „Fifty-fifty“ je ubrzo nakon izdavanja razgrabljen, a nakon toga je uslijedio „Molitelj“ – roman o beskućnicima. Prošle godine izdan je ljubavni roman „Žanin gambit“, a u posljednje vrijeme među učenicima se sve više razgovara o dječjem romanu „Bornin vremeplov“. Što Vas je motiviralo da počnete pisati i otkuda inspiracija za tako raznolike teme?

Krešimir: Da, uistinu, nisam vjerovao da će svi moji romani polučiti ovakvu pozornost. Mediji su svakako doprinijeli tome pa se stoga zahvaljujem mojim kolegama novinarima na podršci, tako i Vama. Motivaciju za pisanjem gajim još od prvog osnovne kad sam počeo s prvim stihovima. Kasnije sam uživao u čitanju i kad sam nastradao i malo "došao do zraka", probudio sam ponovno poeziju u sebi. Primarno sam pjesnik, no s vremenom sam, već s osamnaest godina, dobio priliku od pokojnog barda Zlatka Tomičića da pišem u Hrvatskom književnom ognjištu, te Hrvatskom književnom listu gdje sam uspješno pisao kolumne. Nakon sveg tog životnog iskustva te mog preplivavanja Barbatskog kanala na Rabu koji je izazvao veliki interes u medijima moj prijatelj i nakladnik Silvano Frančišković iz Naklade Uliks iz Rijeke predložio mi je da napišem autobiografiju. Sumnjao sam da mogu biti dobar prozaist u dugom dahu, no odlučio sam se

na humorističan pristup i moja autobiografija je bila rasprodana u nekoliko mjeseci, a i sad je, četiri godine kasnije, jedna od posuđivanijih knjiga domaćih autora za odrasle. Nakon toga sam uvidio da mi proza ide te sam počeo pisati ljubavne, socijalne i mistične romane. Bornin vremeplov je znanstveno fantastičan roman koji je napisan iz potrebe. Naime, prije tri godine, iznenada mi je preminuo brat blizanac. Njegov sin, tada desetogodišnji Borna, rekao je da će puno učiti i napraviti vremeplov te se tako vratiti u vrijeme dok mu je tata bio živ i opet ga zagrliti. Znao sam da to neće biti moguće no odlučio sam ga vratiti u prošlost kroz roman. Ostalo je prošlost. Trenutno je "Bornin vremeplov" jedan od pet najčitanijih domaćih dječjih romana. Inspiraciju crpim iz vlastitog života ili sintetiziram različite životne priče u jednu aktivnu, zanimljivu, životnu priču.

Fran: Što biste savjetovali meni i drugim mladima koji tek počinju s pisanjem?

Krešimir: Ovisi u kojem fahu. Ukoliko je riječ o novinarstvu, tu je potrebno strpljene, poslušnost i ignoriranje vlastitog ega. Ne možemo sve odjednom znati. Novinarstvo je doživotno učenje od urednika, čitalačke publike i tehnološke te društvene progresije. Ni u novinarstvu ni u književnosti ne smije biti osornosti. Etičko novinarstvo je bilo pred izdisajem, kao i istraživačko. U posljednje vrijeme, pritisnuti političkim i gospodarskim aferama, revitaliziralo se iskonsko novinarstvo koje daje i doprinosi te propituje društvo. Za pisanje proze bitno je čitanje kako knjiga tako i help literature u kojoj se govori kako pisati romane. Sve u svemu, za dobar roman potrebna je autentičnost, iskrenost i stvaranje osebnih likova kroz čije dijaloge se dobiva željena karakterizacija likova. Današnji čitatelj traži uvjerljivu radnju sa što manje poetičnih opisa. Kad pristupamo pisanju treba imati koncept da li u glavi ili na papiru, sinopsis radnje, popis likova, njihovu mrežu, a na kraju najvažnije je znati ono o čemu pišemo i za koju publiku pišemo, te težimo li komercijalnom ili umjetničkom pismu. Danas se nude i brojne radionice pisanja iz koje izlaze uspješni pjesnici, romanopisci, esejisti pa i novinari. Daleko je lakše nego prije dvadesetak godina iz same činjenice što postoje društvene mreže, specijalizirani forumi, portali...sve je lako dostupno za brzo i kvalitetno učenje.

Fran: Što je za vas obilje?

Krešimir: Pomalo filozofsko pitanje na koje možemo gledati kroz materijalnu ili duhovnu prizmu. Osobno, kod obilja uvijek dajem prednost duhovnom. Obilje vjere, unutrašnjeg mira i želje za stjecanjem znanja. Ne postoji veće obilje i bogatstva od milosrđa. Dati nekome sebe, pomoći, pružiti utjehu ili obilje ljubavi nema ljepšeg, zar ne? Može li zdravlje, ljubav, vjera, milosrđe, dobročinstvo, humanost biti preobilna? Mislim da ne, osim ako ne djeluje auto i destruktivno na druge. Duhovno obilje je svemir koji se širi, impuls koji prelazi s jedne duše na drugu. S materijalne postavke obilje je uživati u dostatnom i ne trošiti resurse planeta kojeg smo već odavno uništili. U materijalnom smislu nije na odmet imati obilje svjesnosti o prolaznosti, ograničenosti i iskoristivosti. Iza nas dolaze drugi, a mi se ponašamo kao da smo posljednji putnici na ovoj evolucijskoj pruzi. Mi smo tek stanica u vremenu koje je bilo i koje će tek doći. Ukoliko promijenimo stav i odnos prema sebi, navikama i okolini u kojoj živimo, na dobrom smo putu da osiguramo kakvo takvo obilje onima koji tek dolaze. Obilje je važno, važnije od našeg hedonizma. Obilje iz kojeg je stvoren ovaj svijet za nas je nepovratno izgubljen. Puno i previše smo uništili, no naše znanje ima stvaralački potencijal. Kad prestanemo ugađati fizičkom sebi, a podarimo si obilje koje će zadovoljiti naše intelektualno-emocionalno-umjetničke potrebe, stvorit ćemo svijet o kojem govore brojni književnici, kantautori i znanstvenici. ■



Piše: Mirta MILETIĆ

Jedno dijete više? Ima li mjesta za još jedno dijete u mojem životu? Ili da promijenim pitanje: tko mi to još želi doći, a čeka samo da ja pristanem? Koga nam to još Gospodin želi poslati da me grli, da me ljubi, da mi se raduje, da ga grlim, da ga ljubim, da ga tješim, da mu se radujem?

Uхватite li se ponekad kako razmišljate o životu kao velikom daru? Koje vas to situacije „tjeraju“ da život pogledate novim očima? Rođenje djeteta, bolest, smrt, ženidba... Događa se da nas kolotečina i rutina svakodnevice često pretvaraju u hladna i frustrirana bića, zar ne? Kao da odjednom nestane radost i sjaj u očima, oduševljenost životom. Pogled nam je više usmjeren dolje, a rijetko gore. Kada zaboravimo da život imamo doista kao dar, onda nas svakodnevice umara. Potrebno je izdići se iznad problema, pogledati na život „odozgo“, dati mu svaki dan novu dimenziju. Moj se pogled na život posebno promijenio tijekom trudnoća i poroda svakog novog djeteta. Veličanstveno je kada si posvijestiš da se u tebi stvara jedan novi život, nova osoba, originalna. I da ti ni na što ne možeš utjecati, na karakter, boju očiju, izgled. Sve je to već određeno i isplanirano. Svako novo dijete bi me zapravo zaticalo, ostavljalo bez daha. Moj život je dar i život mog djeteta je dar!

Roditeljstvo, majčinstvo i očinstvo, bilo ono fizičko ili duhovno, iznimno je blagotvorno za nas. Svaki čovjek želi biti voljen i prihvaćen. Pa upravo nas nitko u životu neće voljeti više od naše djece. I nikoga nikada nećemo voljeti kao što volimo svoje dijete. I sam Gospodin nam je obećao da, kad primimo jedno dijete, Njega primamo. Primam beskrajn blagoslov. Čega se onda trebam bojati?

Djeca su najbolji učitelji na svijetu. Djeca nas na tako lijep način uče jednostavnosti i čuđenju svijetu! „Zaista, kažem vam, ako se ne obratite i ne postanete kao djeca, nećete ući u kraljevstvo nebesko“ (Mt 18, 2-4). Promatrajući povjerenje koje djeca imaju prema nama roditeljima i sami učimo o povjerenju i odnosu prema

Gospodinu. Uz to, sa svakim djetetom – kako to znamo reći – ponovno prolazimo cijelu školu. Učimo s njima, pomažemo pisati zadaće. Uz dijete stječemo mnoge vještine koje bez roditeljstva ne bi imali priliku stjecati. Majke brzo uče dobro organizirati svoje vrijeme i vrijeme obitelji, obavljati više složenih poslova i zadataka istovremeno. Sve ove vještine iznimno su korisne i u drugim aspektima života. Primjerice, u profesionalnom okruženju, što majkama donosi i konkretne prednosti u okruženjima u kojima se traži dobra organiziranost ili obavljanje složenih poslova.

Djeca nas uče kako da postanemo radosni darivatelji. Majke i očevi uče vrlo brzo biti radosni darivatelji. Biti roditelj je 24-satna misija darivanja koju smo dobili od Gospodina. Majčinstvo na predivan način ispunja svaki trenutak brige i ljubavi prema djetetu smislom i svakim blagoslovom. Roditeljstvo nas često dovodi u situacije koje propituju naše granice i pomažu nam da učimo ljubiti cijelim srcem. Ustati usred noći i biti neispavan, strpljivo i nježno učiti dijete prvim vještinama, prolazak kroz različite odgojne faze koje zahtijevaju obilje strpljenja i ljubavi, izrazito su zahvalna i blagoslovljena **škola ljubavi** za roditelje.

Djeca su najbolji terapeuti na svijetu. Iako će nas djeca mnogo puta možda i naljutiti, vjerujem da ćemo se složiti da nas baš nitko na ovome svijetu ne može toliko umiriti, razveseliti, raznježiti kao što to mogu djeca. Može li se uopće zagrljaj ili poljubac tvog djeteta s bilo čime usporediti?

Djeca su naši najbolji treneri fitnessa. Neki autori navode da, primjerice, majke, gurajući kolica, prijeđu u prvoj godini djetetovog života više od 600 km! To je udaljenost između Zagreba i Dubrovnika! Ne samo da je

hodanje odličan način za izgubiti suvišnu težinu, već je guranje kolica odlična vježba prilikom koje se razvijaju mišići.

Djeca nam pomažu da se kvalitetnije hranimo. Istraživanja su pokazala da roditeljstvo utječe pozitivno i na način i kvalitetu prehrane. Roditelji s malom djecom, a osobito majke koje doje, upravo radi toga što za djecu pripremaju kvalitetnije obroke ili vode brigu o prehrani koja je dobra za dojenje, i sami jedu kvalitetniju hranu.

Djeca pomažu da imamo bolje zdravlje. Istraživanje provedeno od strane Sveučilišta Carnegie Mellon u Pittsburghu sugerira da odrasli bez djece obolijevaju dva puta više od onih koji imaju djecu. Svi smo vjerojatno čuli da je majčino mlijeko najbolje za bebe, no istina je i da je dojenje blagotvorno i za majku. Dojenje smanjuje rizike od raka dojki i jajnika, a uz to je za majke koje doje manje vjerojatno da će imati visoki krvni tlak, dijabetes, visoki kolesterol ili bolesti srca.

Djeca pomažu da naš mozak ostane „mlad“. Svako dijete vas potiče da ponovno učite. Od toga kako napraviti

bočicu, obrok, mijenjati pelene, učiti dijete hodati, do svega onoga što je dio odgoja djeteta. Tisuće malih aktivnosti i zadataka koje pred vas stavlja roditeljstvo pomaže da naš mozak ostane aktivan i „mlad“.

Djeca nam pomažu da provodimo više vremena na suncu i u prirodi. Djeca se vole igrati na otvorenom, pa s njima i roditelji provode više vremena na svježem zraku i na suncu. Samim time i vrijeme koje se provodi u kafićima i zadimljenim prostorima značajno se smanjuje.

Djeca nam pomažu da se riješimo loših navika. Mnoge majke upravo radi dobrobiti djeteta tijekom trudnoće odluče, primjerice, prestati pušiti ili značajno smanjuju boravak u zadimljenim prostorijama. Pušači imaju tri puta veću vjerojatnost da će prestati pušiti tijekom trudnoće, nego u bilo kojoj drugoj okolnosti. Mijenjaju se i loše navike vezane uz prehranu, a također se povećava i briga za zdravlje.

Djeca nas oslobađaju od mnogih nepotrebnih i štetnih stvari i usmjeravaju na one bitne stvari u životu. Tvoje dijete, svako tvoje dijete, otkrit će ti Tebe, ono što je u tebi



skriveno i što jedino dijete može rastvoriti – majčinstvo, očinstvo. Cijelog tebe. Odljepit će te od vrtnje oko samog sebe. Voljet će te uvijek. Do kraja tvog života. I dat će ti zadnju čašu hladne vode, prije nego odeš. Svako novo dijete otkriva jedan potpuno novi dio tebe, kojeg nećeš nikada upoznati i otkriti ako ne dođe to dijete. Jer biti otac, biti majka, to je nešto sveto i veličanstveno! I svaka sekunda tvog vremena koju uložiš u dijete bit će blagoslovljena, puna smisla. I na kraju, ako baš hoćeš –

niti jedna jedina stvar ne može s nama u Nebo. Niti kuća, niti auto, niti posao. Ali dijete može! Jedino dijete može!

Jedno dijete više? Ima li mjesta za još jedno dijete u mojem životu? Ili da promijenim pitanje: tko mi to još želi doći, a čeka samo da ja pristanem? Koga nam to još Gospodin želi poslati da me grli, da me ljubi, da mi se raduje, da ga grlim, da ga ljubim, da ga tješim, da mu se radujem? **L**

MAJČINSKA LJUBAV

Piše: s. Mirjam, Marina PERIČIĆ, OP

Odbačenost, samoća i usamljenost, izgubljenost... Križ ljubavi, uglavnom onih fatalnih, nikada istinski (do)življenih ljubavi. Robovanje osobnim slabostima nakon čega nadolaze križevi, neki novi, drugačiji, jedan za drugim sve bolniji i teži.

Biti žrtva zlostavljanja u strahu i drhtanju od novih načina ozljeđivanja, ponižavanja i obezvrjeđivanja, i onih starih čije boli već dobro poznaju, ali ih uvijek iznova ranjavaju, ponekad i iznenađuju, redovito produbljujući stare rane ili stvarajući nove. Umor, iznemoglost, očaj. Vjerovanje u osobnu bezvrijednost, pronalaženje izlaza u samozljeđivanju bilo da je riječ o izričaju krika, vapaju za pomoći ili bespomoćnoj čežnji za mirom do kojeg jedini put vide kroz oduzimanje života ili odustajanje od njega. Križ straha od križeva.

Suočavanje s viješću da nose život pod srcem, ali i sa samoupitom ima li smisla roditi (još jedno) dijete u besmislu u kojem preživljavaju, a da ni same ne znaju kako ni zašto; može li dijete začeto u nasilju i bez istinske ljubavi biti željeno i/ili radosno.

Životne su to postaje majki s kojima se svakodnevno susrećem, s kojima na svojevrsan način živim. Teško mi preko usana prelazi riječ da mi je posao raditi s

njima, raditi s majkama. Rad nekako podrazumijeva obavezu koja je često nametnuta izvana, evaluirana od neki vanjskih subjekata koji određuju kriterije i imaju očekivanja koja valja zadovoljiti.

Biti dio priča ranjenih majki može se jedino ljubeći ih i moleći snagu od Gospodina, kako za njih tako i za sebe da ih se može voditi ili pratiti ovisno o njihovom duhovnom i psihičkom stanju i potrebama. Biti pratnja majkama kroz izuzetno zahtjevno, njima nepoznato i novo životno razdoblje i iskustvo nije moguće bez vjere u Boga i svakodnevnog predanja u Njegove ruke.

Majke su kao otvorene rane, s različitim životnim povijestima i osobnostima, no one nalaze načine i volju za zajednički suživot u kojem svaka vodi svoju borbu života i borbu za život, rođeni i nerođeni.

Komunikacija s majkama uz aktivno slušanje, parafraziranje i podršku, pretpostavlja i aktivno poticanje da prihvate sve što im se događa, ne u smislu nekog fatalizma koji bi ih učinio pasivnima premda situacije

u kojoj se nalaze, već u smjeru ohrabrenja na predanje u Očeve ruke.

Mnoge od majki ne poznaju svoje roditelje ili su ih upravo oni ranili još u djetinjim danima. Nekada je majkama sam pojam predanja u Očeve ruke izvor tjeskobe, okidač otpora prema prorađivanju stanja u kojem se nalaze ali i prvi susret s Bogom koji nas sve ljubi jednakom ljubavlju iako svakoga vodi drugačijim putem.

Majke postepeno uviđaju da imaju izbor. Bolne životne događaje mogu bezvoljno i pasivno podnositi ili ih mogu slobodnom voljom prihvatiti. Prihvaćanje neće promijeniti njihovu životnu situaciju, ali prihvaćanjem se odigrava ona najvažnija promjena, promjena u samom čovjeku, iznutra. Unutarnja preobrazba za *nošenje* sa životom i kada je on bolan jednako je važna kao sigurnost i čvrstoća temelja građevine u kojoj se odvija život.

Kada čovjek prihvati svoje stanje, situaciju bez tendencije da negira životne poteškoće ili da sav uplašen bježi od života, tada biva otvoren za učenje novih pogleda, vještina. Osoba koja istinski želi ozdraviti od svojih rana i ranjivosti spremna je rasti u duhu a svaki rast, osobito onaj duhovni, podrazumijeva oslobađanje od raznih vrsta navezanosti. Područje slobode nalazi se upravo u nenavezanosti, tamo gdje srce nije sluga sudbinski uvjetovanih okolnosti i ljudi. Kome služimo?

Duša koja je upoznala „slobodu od i slobodu za“ sposobna je zauzeti stav izvrsnosti ili stav ravnodušnosti, preuzeti odgovornost i suprotstaviti se prksnom moći duha. Kada postoji volja za samonadilaženjem, postoji i put i način. Time svatko bira put kojim želi ići a svaki put sa sobom donosi radosti i boli, neizvjesnosti, izazove, nepoznanice. Premda čovjek odabire svoj smjer (ipak) samo Bog poznaje njegove putove.

Naše misli su slika naše duše na čije stanje možemo utjecati kroz derefleksiju, promjenu stajališta, smijeh. Samonadilaženje nije projekt kojem jednom postavimo temelje za cijeli život. Ono je dar Boga, izraz snage koju On svakodnevno iznova daje onima koju Mu se predaju u potpunom povjerenju. Kada čovjek na svoju patnju gleda u kontekstu Božje providnosti, tada patnja dobiva

svoj smisao, prašina postaje svjetlo, tragedija se mijenja u pobjedu. Potraga za smislom je proces koji ima svoje trajanje, zahtjeva stimulaciju za buđenje motivacije za početak i ustrajanje u traženju smisla kao i osmišljavanje smislenih zadaća koje otvaraju mnoga vrata koja vode do osvježenja koje otkriva, ukazuje na smisao svih životnih trenutaka.

Pred svakom majkom je težak put na kojem ih dočekuju teškoće koje ih duboko dotiču. No, otkucaj srca djeteta pod njihovim srcem budi i jača u njima spoznaju da imaju šansu dati ljubavi novo obličje u svome životu, da imaju priliku iznova ljubiti i biti ljubljene, jednostavno i bez računice. Fiksacija i usmjerenost majki na osobnu patnju počinje blijediti jer novi život koji se rađa daje majkama snagu za ljubav koja oprašta i koja se daje te prihvaća i izdržava nove životne putove križa preobražavajući ih u putove rasta u vjeri i ljubavi, traženja i pronalaženja smisla u svakom bivšem, sadašnjem i budućem koraku, kako svom tako i u koracima svoga djeteta.

Frankl će reći kako zaboravljajući na sebe čovjek postaje osjećajniiji, a dajući sebe postaje kreativniji. Majčinska ljubav poznaje mnoge kreativne izričaje. Ljudskim srcima zadovoljstvo ne donose dobra koja primaju, nego dobra koja čine, koja u njima potiče Bog. **L**



Piše: Martin KAJTAZI

“No, što kada savjest zakržlja? „Ako se savjest, prema prevladavajućem modernom shvaćanju, ograniči u subjektivni okvir, u koji se smješta religiju i moral, onda krizi zapada nema lijeka, a svijet je osuđen na nazadovanje. Ako se naprotiv savjest otkrije kao mjesto slušanja istine i dobra, mjesto odgovorno pred Bogom i braćom ljudima, što je protiv svake diktature, onda ima nade za budućnost“ papa Benedikt XVI

Savjest, kao organ smisla (kako ga definira V. Frankl), uključuje najbitniju dimenziju ljudske osobnosti - duhovnu. Upravo jer logoterapija neumorno tvrdi da je čovjek tragalac smisla, savjest možemo opisati kao, jezikom personalističke filozofije, svetište osobe. A svetište (osim onog fizičkog, tj. prostornog) je mjesto koje je najdublje u čovjeku gdje on donosi odluke vezane za svoj život ali i život drugih ljudi jer „nitko nije otok“, kako to govori Thomas Merton, poznati duhovni pisac 20. stoljeća. Upravo jer je svaki ljudski život svet i nepovnljiv, savjest, koja mu služi kao kompas, je odgovorno blago koje osoba nosi u sebi i koje treba neprestano njegovati i oslušivati. To je i namjera ovog rada, da se s poštovanjem okrene savjesti te duhom logoterapije istraži prikazujući pogled te problematiku bolesne savjesti u kratkom spisu Rudolfa Hössa, zapovjednika logora u Auschwitzu gdje je i sam Viktor Frankl proveo dio svog života te osjetio da savjest može biti svetište raja, ali i otvaralište pakla, na zemlji. Velika je blagodat što logoterapija kao psihoterapija daje veliku prednost savjesti u prostoru duhovnoga jer u dvadesetom stoljeću su savjest psihijatrija i psihoterapija zanemarile te gdje i odbacile ulogu savjesti i duhovnosti u životu osobe. (Usp. M. Scott Peck, *Korak dalje putem kojim rjeđe se ide*, Zagreb, 2014., 278.). Upravo jer savjest ima i društvenu manifestaciju (uzročno posljedni čini), jer je transverzalna glede raznih područja u kojima se djeluje i jer je temelj slobodnog i pravednog društva, logoterapija preko nje vraća ljudima vjeru u život i u osobi budi smisao za odgovornost, jer svatko ima svoj poziv i životno poslanje. Ukoliko logoterapeut uspije probuditi savjest u klijentu i poziv koji mu se neprestano upućuje: „Tvoj život uvijek ima smisla“, tada je i društvo već za korak bolje i zdravije.

Elisabeth Lukas u svojoj knjizi „*Duhovna psihologija. Izvori smisljena života*“ u dekalogu u logoterapijskom prijevodu pod treću zapovijed stavlja savjest, tj.: “Povremeno moraš intimno razgovarat udvoje sa svojom savješću.“ (str. 43. – 44.) To navodi iz razloga jer život po savjesti je uvijek apsolutno život u okvirima apsolutne konkretne istine. Fenomen savjesti nije neka psihološka faktičnost već bitno transcendentnost, „sluga svoje savjesti mogu dakle biti onda ako je dijalog s mojom savjesti doista pravi razgovor u dvoje – a ne tek monolog sa samim sobom, tj. ako je moja savjest više od moga Ja: ako je ona doglasna cijev nečega izvan mene“ (V. Frankl, *Bog podsvijesti*, 1980., 29.) Drugim riječima, savjest je imanentni dio transcendentne cjeline, koja kao takva strši iznad razine psihološke imanencije i transcendiraju. Ontološki ne možemo sve razumjeti na čovjeku ako ne računamo njegovo transcendentno podrijetlo (*tertium datum*). To i Frankl priznaje kada kaže: „Za objašnjenje čovjekove slobode dovoljna je egzistencijalnost – ali za objašnjenje čovjekove odgovornosti moramo posegnuti za transcendentnošću savjesti.“ (Isto, 38.) Od savjesti se ne može pobjeći, ali može ju se zaniijekati, zatamiti, potisnuti, iskriviti, ali kad tad to se gorko čovjeku osvećuje.

Opravdano je upitati što logoterapija ima za reći na pitanje kome se onda obraća ateist u savjesti, zašto poriče transcendentnost savjesti? Frankl na to kaže da svaki čovjek ima savjest, bio teist ili ateist, jer osjeća odgovornost, ali Frankl tu postavlja granicu – ateist ne pita pred čim on je odgovoran niti odakle savjest; savjest se uzima kao psihološka datost i prerano se zaustavlja. No, „savjest nije ono posljednje ‘pred čim’ je čovjek odgovoran; ona nije posljednja, nego pretposljednja instancija. Prerano se nereligiozan čovjek u svom traženju smisla zaustavio, kad ne ide dalje od savjesti, kada dalje ne pita. Dopro je tako reći do predzadnjeg

brijega. Zašto ne ide dalje? Jer ne želi napustiti ‘čvrsto tlo pod nogama’; jer je posljednji brijeg njegovu pogledu skriven, obaviti maglom, i tu se maglu – u tu neizvjesnost – ne usuđuje stupiti. A na to se, naprotiv, osmjeljuje religiozan čovjek.“ (Isto, 41.) To u biti ne treba čuditi jer čovjek je slobodan i tako je stvoren (*tertium datum*) da može se odlučiti protiv Darovatelja života.

Freudova interpretacija savjesti je bila temeljena na instinktima i reducirana na nagon (jer u psihoanalizi nema duhovne dimenzije) i Freud savjest naziva nad – Ja (super – ego) i to Ja izvodi iz introjeksijske očeve lika. No, Frankl kaže da „nagon za Ja“ u sebi je proturječan jer ne može Ja biti pred samim sobom odgovorno, nikakvo Ja ne može biti svoj vlastit zakonodavac. Iza čovjekova super – ega ne stoji ego nekakvog nad – čovjeka, nego iza njegove savjesti stoji Božje Ti „jer nikad i nikako ne bi savjest mogla značiti suverenu zapovijed ... u granicama imanencije ... – kad ne bi bila izraz osobne zapovijedi (Du – Wort) iz transcencije.“ (Isto) Glas savjesti ne može proizaći iz mene samoga, već je ona izraz jedne druge transcendentne stvarnosti, a od mene je, kao takva, spoznata. Stoga važno je naglasiti da po Franklu savjest je uvijek u službi samoostvarenja osobe *ali* ne po mjeri i zamisli ljudskog, nego božanskog autoriteta. Ona nam pomaže živjeti objektivne vrednote – istine, pa makar trebali dati živote za druge (npr. Maksimilijan Kolbe u Auschwitzu), jer kada nas savjest na nešto poziva treba ju slijediti makar nam njezina istina zadala neugodu. Sve se to događa u ozračju slobode, a sloboda ima dvostruku narav: sloboda „od nečega“ i sloboda „za nešto“. Čovjek je slobodan „od“ svoje instinktivnosti (jer nije samo psihofizičko biće) a ono „za što“ je slobodan jest odgovornost (duhovna dimenzija). „Čovjekova sloboda znači dakle biti slobodan ‘od’ instinkata ‘za’ odgovornost, za savjest.“ (Isto, 38.)

No, što kada savjest zakržlja? „Ako se savjest, prema prevladavajućem modernom shvaćanju, ograniči u subjektivni okvir, u koji se smješta religiju i moral, onda krizi zapada nema lijeka, a svijet je osuđen na nazadovanje. Ako se naprotiv savjest otkrije kao mjesto slušanja istine i dobra, mjesto odgovorno pred Bogom i braćom ljudima, što je protiv svake diktature, onda ima nade za budućnost.“ (papa Benedikt XVI., *Govor predstavnicima civilnog društva, političkog i akademskog života u Zagrebu*, 2011.) Nikada nije pogrešno slijediti uvjerenja do kojih je osoba došla, štoviše, upravo ih valja slijediti. No, svakako može biti pogrešan put kojim se

došlo do takvih krivih uvjerenja usutkivanjem prosvjeda što proizlazi iz dubine bitka. Krivnja leži u zapuštanju moga bića što me je učinilo gluhim za nutarnje poticaje istine. Upravo iz tog razloga su zločinci iz uvjerenja, poput Hitlera i Staljina, krivi. To nas treba potaknuti, a ne umiriti, da s najvećom ozbiljnošću prihvatimo iskrenost vapaja židovske starozavjetne mudrosti: „Od moje nepoznate krivnje oslobodi me! (Ps 19,13). Donosim retke iz pisma koje je Rudolf Höss napisao svojoj obitelji 12. travnja 1947. iz zatvora dok je čekao kaznu vješanjem, a u njima se jasno vidi što se dogodi kada čovjek svoju savjest zaniječe: „*Savjest me primorava napisati i sljedeću izjavu. U zatvorskoj osamljenosti došao sam do gorke svijesti kako sam si dopustio učiniti težak zločin protiv čovječanstva. Kao zapovjednik logora smrti u Auschwitzu realizirao sam strahovitih, ubojitih planova Trećega Reicha protiv čovječanstva. Na taj način uzrokovao sam ljudskosti i čovječanstvu najveće nepravde. O, kad bi mi Bog oprostio moja djela. Tek sam u poljskom zatvoru spoznao što je čovječstvo. Usprkos svemu što se dogodilo ophodili su se prema meni humano, čemu se nisam mogao nadati ni u snu, a što me duboko postidjelo. Kada bi barem činjenica objave svjedočanstva ovih strahovitih zločina protiv ljudskosti i čovječanstva u čitavoj budućnosti spriječila pojavu klice koja bi mogla dovesti do ovakvih strašnih događanja.*“ (Władysław Kluz, *47 godina života*, Zagreb, 2014., 330. - 331.)

Upravo jer je čovjek društveno biće (grč. *zoon politikon*), potrebna mu je pomoć drugih jer se savjest samooodgaja i oblikuje ali ona zahtijeva i neprestano obrazovanje a ne stagniranje. Baš zato, jer se može iskriviti i postati izopačena, šutnja savjesti može postati smrtonosna bolest čitave jedne civilizacije. Kako to vidimo iz primjera Rudolfa Hössa. Stoga je uvijek bitno tražiti i govoriti istinu jer lako se padne u konformizam pa tako i u totalitarizam – „*a odgovorni su oni koji šute*“ (kako to kaže Edith Stein, žrtva logora u Auschwitzu). Upravo su logoterapeuti oni koji su pozvani *buditi savjesti klijenata na dobrobit osobe, društva i civilizacije* jer budna savjest čini čovjeka sposobnim da se odupire, da ne podlegne konformizmu i ne savije se pod totalitarizmom. Da se ne prihvati istinu bez ljubavi te ljubav bez istine. To jest i ostaje trajan i odgovoran poziv logoterapeutu. ■

Piše: Helena GRUBIŠIĆ

„Vidjeti sebe, da... Kad bih bila unutar sebe, znala bih to što jesam.“

O sam godina radim u Psihijatrijskoj bolnici kao socijalna radnica i mogla bih napisati knjigu o zanimljivim, tužnim, veselim, bizarnim iskustvima s psihički bolesnim osobama.

Jedno od najupečatljivijih iskustava desilo mi se nedavno u susretu s pacijenticom Ines.

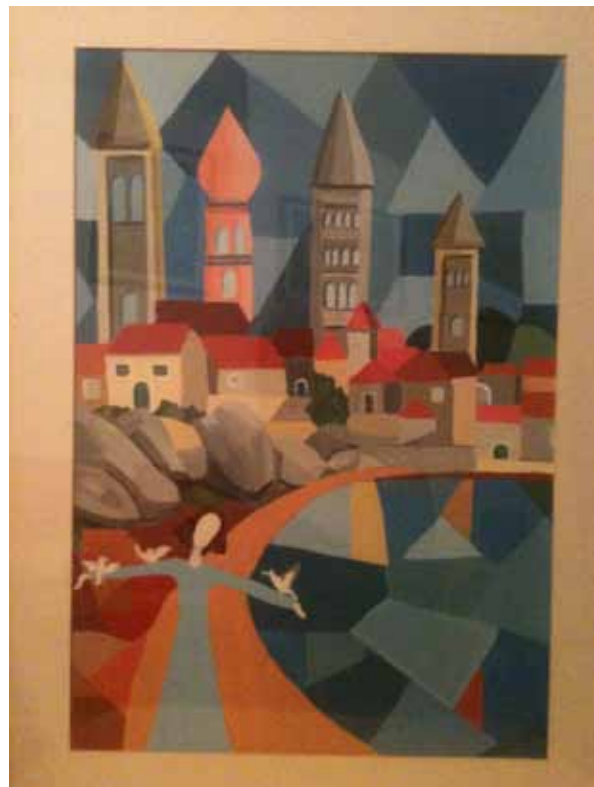
Ines znam od kada radim u bolnici, jer više vremena provodi na liječenju, nego u domu za psihički bolesne osobe u koji je smještena. Radi se o kroničnoj duševnoj bolesnici, oduzete poslovne sposobnosti, bez bliže obitelji. Ines živi u svom svijetu, sebi se obraća u trećem licu, ponekad tvrdi da je Ines, a ponekad je sigurna da je Mirko. Poznavajući je kao takvu, navikla sam razgovarati s njom kratko, na jednostavan način. Obično se osmjehujemo jedna drugoj, namigujemo si ako je ona dobre volje i izmijenimo po koju riječ.

Tog dana ušla sam na zatvoreni kronični odjel na koji po svojoj dijagnozi spada Ines. Ona je s još nekoliko pacijentica stajala u hodniku i gledala kako frizerka šiša jednu djevojku. Primijetila sam da je i Ines netom ošišana, pa sam joj rekla da mi se sviđa njena nova frizura. Ona mi je odgovorila da ne vidi sebe. Rekla sam joj da ode pogledati se u ogledalu u kupaoni. Pogledala me i rekla: „Vidjeti sebe, da... Kad bih bila unutar sebe, znala bih to što jesam.“ Ostale smo se gledati u oči neko vrijeme. Ona me gledala netremice, pronicavim, bistrim pogledom kakvog nikada kod nje nisam vidjela. Nakon par sekundi, bistrina iz njenih očiju je nestala i opet je zaronila u svoj svijet izgubljenog pogleda. Činilo mi se da je taj naš kontakt očima trajao dugo, jer sam u tih par sekundi dobila puno dubokih i neočekivanih lekcija. Moj se ego sklupčao u kutku moje duše. Kao nikada prije, razumjela sam tvrdnje Viktora Frankla o tome kako duhovno u čovjeku nikada ne nestaje, može biti samo sakriveno. Posramila sam se uvidjevši da sam Ines etiketirala kao tešku bolesnicu s kojom se gotovo

ništa ne može, osim biti s njom ljubazan. Njenu bolest poistovjetila sam s njom. Iluzija koju sam stvorila o samoj sebi kao duhovno prilično osviještenom biću razbila se kao ogledalo na koje sam slala Ines da vidi samu sebe. Niz godina nastojim dokučiti svoju pravu prirodu, viši smisao, meditirajući, čitajući, promišljajući. Ines to već sve zna, samo ponekad zaboravlja.

Zahvalna sam što mi se u na tako upečatljiv način pružila prilika da se osvjedočim da je naše duhovno, koje je esencija svakog od nas, doista neuništivo.

Nastojat ću nikada ne zaboraviti da svaka osoba, bez obzira na vanjski izgled, bolest i druge vanjske pokazatelje i okolnosti, u sebi nosi dragulj čiste duhovnosti, onoga što svi mi doista jesmo i zato zaslužuje poštovanje, uvažavanje, brigu, pažnju i suosjećanje. **L**



Razgovarale: Vedrana NUČAK i Vladimira VELIČKI



Harald Mori magistar je znanosti iz područja psihoterapije te radi kao psihoterapeut u svojoj privatnoj praksi od 1991. godine. Kao mladi student medicine (kasnije diplomirani psihoterapeut) 1987. godine imao je čast osobno susresti prof. Viktora Frankla. U sljedećih deset godina postao je njegov student i potom asistent na Franklovim sveučilišnim predavanjima u Beču te osobni pomoćnik. Harald Mori licencirani je psihoterapeut za logoterapiju i egzistencijalnu analizu uz specijalizaciju na području života i djela Viktora Frankla. Znanstveno proučava psihoonkologiju otkada je 1986. g. specijalizirao ginekološku psihoonkologiju te je utemeljitelj koncepta Dolphinability - psihoterapije podržane delfinima.

V.N.: Deset godina bili ste student i osobni asistent Viktora Frankla. Kako ste se upoznali i kako je došlo do suradnje?

Mori: Tijekom studija medicine, kojega sam napola završio, unajmio sam mali stan u Beču u ulici Alser 43 koji se nalazi u 8. okrugu u blizini Opće bolnice. 12 m², jedan prozor, grijanje, topla voda, ali bez tuša.

U kući se nalazila stara sauna s danima određenim za žene i muškarce. Tamo sam se mogao besplatno istuširati - a ponekad sam posjetiocima saune izmjerio krvni tlak. Jednog dana mi je vlasnik saune rekao da prof. Viktor Frankl dolazi svakog petka u podne u saunu.

Naravno da nisam htio ometati profesora i čekao sam gotovo godinu dana, do 30. siječnja 1987. godine. Taj petak sam ušao i oslovio ga - bio je gotovo gol - kratko me pogledao i rekao: „Dođite sa mnom“.

Požurio sam za njim, također gol, s obavijenim ručnikom i tako smo minutu kasnije sjedili na 100 stupnjeva Celzijusa u sauni. Tada je rekao: „Ali htjeli ste me nešto pitati, dakle, molim pitajte...“

I tako sam počeo izravno i osobno upoznavati prof. Viktora Frankla, a uz to i osnove njegovog učenja, kao i puno aspekata njegove biografije.

Iz toga je proizašao vrlo blizak odnos koji je trajao dulje od 10 godina, sve do njegove smrti u rujnu 1997. godine. Imao sam sreće da sam postao Franklova osoba od povjerenja te je naše poznanstvo preraslo u duboko prijateljstvo koje živi još danas, 30 godina kasnije, kroz povezanost s njegovom suprugom Elly. Počeo sam studirati logoterapiju i egzistencijalnu analizu i tijekom godina sve sam češće asistirao Franklu u poslovnim i privatnim poslovima, prije svega na predavanjima na Sveučilištu u Beču koja je Frankl ponovno prihvatio od 1990. godine. (Ali ne smijemo ni pomisliti da sam ja bio Franklov tajnik - to je uvijek bila njegova supruga Eleonore „Elly“). Kada sam upoznao Frankla imao je 82 godine, a umro je s 92 1/2 godine. Često me u javnosti nazivao svojim „osobnim asistentom“, a susret s Viktorom Franklom duboko je utjecao i sretno

oblikovao cijeli moj život, od moje 24. godine. Za to sam vrlo zahvalan i ponizan.

V.N.: Psihoterapeut/logoterapeut ste od 1991. godine. Kako vam logoterapija pomaže u radu s klijentima? S kakvim problemima vam ljudi dolaze i kakvi su rezultati terapije?

Mori: Logoterapija i egzistencijalna analiza (LTEA) su obilježile moj život. Otkad sam logoterapiju upoznao proučavajući djela i sudjelujući u životu V. Frankla, uz pomoć dobrih učitelja, ovo učenje bilo mi je sve razumljivije i bliže. Bitan agens LTEA je da u terapiji pokušavamo doprijeti do čovjeka u cijeloj njegovoj biti, dakle do egzistencije „misterioznog“ bića čovjeka od rođenja do smrti, u njegovom doživotnom značenju i determiniranosti njegove sudbine. S time su neodvojivo povezane i istovremeno u terapiji dane mogućnosti, kao i nužnost opažanja pacijenta u cjelini, čovjeka sa svim njegovim potrebama i brigama, s duhovnim i psihičkim, kao i tjelesnim problemima te ciljana pomoć u sadašnjem životnom periodu. Dotična problematika se dijagnosticira, obuhvaća te se ponudi rješenje, po mogućnosti ozdravljenje u terapijskom procesu u smislu jedinstvenosti i neponovljivosti čovjeka. Posebnost LTEA je integracija cijelog procesa u cjelokupnom kontekstu života pacijenta.

Najviše problema s kojima se susrećem u svojoj praksi su depresije, strahovi i prisilni poremećaji (opsesivno-kompulzivni poremećaji). Njima naravno mogu pridodati krize smisla, životne frustracije i strah od budućnosti.

Pridružuju im se i napadaji panike te psihoze koje se liječe u suradnji s liječnicima specijalistima.

Psihoonkologija je moje područje specijalizacije s kojom se intenzivno bavim od 1986. i od onda provodim terapiju osoba koje boluju od raka ili su savladale rak i ponovno hoće potpuno sudjelovati u životu. LTEA im pomaže u relativno kratkom roku pronaći oslonac i smisleno orjentiranu viziju vlastite budućnosti. Pritom je najvažnije ljude osnažiti u njihovoj kreativnoj sposobnosti upravljanja - „manageability“ po Aaronu Antonovskom. Ne pomaže samo pronalaženje smisla

nego i mogućnost svaki dan živjeti ljudski radosno i dostojanstveno.

V.N.: Psihoterapija dupinima je specifičan način rada koji također koristite u radu sa svojim klijentima. Recite nam nešto više o Dolphinability® konceptu čiji ste vi utemeljitelj.

Mori: Kao psihoterapeut sam prvi put 2004. godine došao u kontakt s terapijom dupinima. Mladi psiholog, Norbert Trompisch bio je moj student na Viktor Frankl seminaru na Medicinskom fakultetu u Beču te smo zajedno na Krimu dobili priliku istraživati utjecaj terapije dupinima na bolesne i njihove članove obitelji. Iz toga sam u sljedećim godinama utemeljio sustav Dolphinability®. Pritom pacijente s bolestima ili problemima psihičke prirode prvo pripremam u svojoj psihoterapijskoj praksi za terapiju s dupinima, te ih zatim pratim tijekom terapijskih seansi u bazenu pri izravnom susretu s dupinima. Uz to slijedi logoterapijski rad tijekom bivanja u delfinarijumu, a nakon povratka u Beč nastavljamo s psihoterapijom koja se nadograđuje na doživljeno i postignuto.

Rad s dupinima u psihoterapijskom odnosno psihoonkološkom kontekstu djeluje tako da do izražaja može doći nesusvesno osobe. U konačnici niti jedan razgovor ne može tako duboko prodrijeti i dirnuti kao susret s dupinom - s jednim tako mističnim i snažnim, senzibilnim bićem. Terapija dupinima može vrlo pozitivno djelovati na trajno ublažavanje stanja strahova, depresija ili prisile, a dodatno poboljšanjem raspoloženja djeluje i na jačanje imunostnog sustava. Također se u kontaktu s dupinima mogu popraviti samopouzdanje i osjećaj vlastite vrijednosti što uz psihoterapijsku podršku djeluje vrlo obećavajuće. I na kraju, u psihoterapiji podržanoj dupinima radi se o tome da se osoba egzistencijski dobro pozicionira, dakle, da se pronađe unutar njena sredina, razvije prihvaćanje vlastitog postojanja te da osjećaje besmisla zamijeni trenucima produblavanja i iskustva smisla. Cjelovitost čovjeka i čovjeka patnika pritom je uvijek na prvom mjestu.

V.N.: Sve češće čujemo da je bliskoj osobi iz našeg okruženja postavljena dijagnoza raka - što nam možete reći o psihoonkologiji?

Mori: Psihoonkologija je mlada znanstvena disciplina koja nailazi na sve veće poštovanje. U osnovi - psihoonkologija bi se trebala zvati onko-psihologija, a za osobe oboljele od raka jednako je važna kao i tjelesna terapija. Širom svijeta sve se više istražuje koji su imunološki parametri čovjeka povezani sa psihičkim te kako na njih mogu utjecati egzistencijalne posljedice. Pojam „osobnost raka“ ne vrijedi, jer već postoje jasno dokaziva ponašanja koja mogu pogodovati nastajanju raka - (ne)kretanje, prehrana, uzimanje štetnih tvari (nikotin, droge), vanjski faktori (radioaktivno zračenje) i puno drugih. Važan faktor za stanje imuniteta iz kuta psihologije može se pripisati „egzistencijalnoj sigurnosti“. Time se ne misli na materijalnu sigurnost čovjeka, nego na pitanje je li kvaliteta života dovoljna ili dobra, je li život ispunjen i sretan, odnosno doživljavamo li ga životom koji je ispunjen smislom.

Dobra psihoonkologija, koja u vidokrugu ima duhovnu osobu, može smanjiti pojavu raka, kao i pogođenim pacijentima pomoći lakše savladati bolest. Čak kada je bolest raka bezizlazna, još uvijek je moguće pružiti „posljednju pomoć“ - kako je to Frankl nazvao. Pritom se pronalazi svaka, čak i mala smisljena mogućnost i podržavanje dostojanstva na smrt bolesne osobe. Možemo se nadati da će se u budućnosti djelotvornost psihoonkologije moći i dokazati putem jasnih znanstvenih studija. To je već slučaj kod istraživanja teme kvalitete života i ja vjerujem, jednom će - možda i u bližoj budućnosti - postojati upute za mogućnost preživljavanja.

V.N.: Sredinom ožujka održali ste seminar psihoonkologije u Zagrebu. Kome je ovaj seminar bio namijenjen?

Mori: Vrlo se radujem što postoji zanimanje za psihoonkologiju povezanu s logoterapijom i egzistencijalnom analizom te zahvaljujem na prijateljskom pozivu za održavanje seminara.

Seminar je bio otvoren za sve koji na profesionalan način žele raditi s osobama oboljelim od raka i njihovim članovima obitelji. Prvenstveno su bili pozvani poznavatelji LTEA, iako su se grupi pridružili i liječnici, psiholozi, sociolozi i terapeuti zainteresirani za psihoonkologiju u modernom kontekstu.

V.N.: Imali smo čast slušati Vaše predavanje prošle godine na 2. logoterapijskom kongresu u Zagrebu. Kakvi su Vaši dojmovi?

Mori: Bio sam počašćen prijateljskim pozivom dr. Pahljine koju vrlo cijenim i čijem se angažmanu divim. Također sam vrlo impresioniran aktivnom i zainteresiranom suradnjom logoterapijske grupe u Zagrebu koja je organizirala ovaj kongres. Bio je to susret visokorangiranih referenata s vrlo zainteresiranim sudionicima te je atmosfera bila puna razumijevanja i zanimanja.

Bila je impresivna umjetnička provedba tematike u kazališni komad i - ako tako smijem reći, pauza za ručak u bolničkoj kuhinji bila je okrunjena slasnim jelom koje je prije svega bilo prožeto kolegijalnom i benevolentnom kulturom razgovora. Molim, vjerujte mi, ne pretjerujem iz pristojnosti - kod vas u Zagrebu naišao sam na zaista srdačno i visoko profesionalno akademsko društvo te vama i vašem timu želim procvat u budućnost.

Kako su mi još u djetinjstvu puno pričali o Zagrebu kao Agramu, ovdje sam ponovno pronašao neke važne korijene moje obitelji, moju prabaku Katarinu, koja potječe iz Osijeka i tetu Mimi koja je još za vrijeme Monarhije živjela u Zagrebu. Uz to moja domovina Koruška dugo je graničila sa susjednom državom, pa smo većinu odmora provodili u Hrvatskoj što još uvijek rado činimo - na moru na jedrilici.

V.N.: I za kraj imamo priliku najaviti Vaš dolazak na 3. logoterapijski kongres u lipnju. S kojom temom - smijemo li znati?

Mori: Na cijenjeni poziv dr. Pahljine rado sam potvrdio ponovni dolazak u Zagreb. Kako je tema ovogodišnjeg kongresa Život - a ja kao psihoterapeut i psihoonkolog često radim upravo s osobama koje su na odlasku, govorit ću o vrijednosti posljednjih životnih trenutaka sa stajališta logoterapije.

V.N.: Srdačno zahvaljujem na intervjuu, kao i bezuvjetnoj podršci našoj mladoj, ali sve većoj logoterapijskoj zajednici. Radujemo se ponovnom susretu s Vama na logoterapijskom kongresu u lipnju.

Piše: Stanislav STIJEPIĆ

Frankl se oštro protivi uvjerenju da se čitav ljudski život može svesti na puko ponašanje i uvjetovanje, smatrajući da je čovjek upravo postao čovjekom zahvaljujući toj duhovnoj, transcendentnoj osobini.

Od početka čovječanstva ljudi su imali određenih poteškoća s emocijama, mislima i ponašanjima, odnosno određenih psihičkih poteškoća, što je kasnije vodilo do još određenijeg shvaćanja ljudskog psihičkog života. Pretpostavka modernog društva je da ti problemi imaju svoj korijen u okvirima ljudskog uma. Ranije, isključivo sjedište onoga što osjećamo, doživljavamo i kako reagiramo bila je ljudska duša, odnosno psiha (grčki pojam za dušu). Ona je bila determinanta ljudske sveukupnosti.

Svakako, razvoj ideje o psihološkom razvoju čovjeka, psihopatologiji i, naravno, počecima psihoterapije seže iz antičkih vremena. Hipokrat, Platon i Galen bili su među prvima koji su pokušali psihičke probleme shvatiti u kontekstu čovjeka i njima tada primjenjivih metoda razumijevanja ljudske prirode. Tako Hipokrat već u svojim ranim shvaćanjima pokušava duševni poremećaj okarakterizirati kao prirodni fenomen bez implikacije nadnaravnoga, dok Platon vidi duševne poremećaje kao rezultat duboke patnje te predlaže kao mjeru izlječenja svoje najjače oružje - dijalošku metodu tj. razgovor.

Prateći taj tijek, put nas vodi do različitih razumijevanja čovjeka, odnosno za pojedina razdoblja mogu slobodno reći da idu do nerazumijevanja prirode čovjeka i prepliću se s magijskim vjerovanjem i šamanizmom, što nas preko spiritualnih pogleda na svijet, ranog kršćanstva, srednjeg vijeka vodi do samih početaka racionalizma i intelektualne reformacije, odnosno umovanja. U razdoblju srednjega vijeka duševni poremećaji su shvaćeni kao problemi ljudskog duha, a bolesnike se smatralo opsjednutima te su tako pod utjecajem teoloških shvaćanja i tretirani. U 13. stoljeću Papa Inocent III. potiče otvaranje bolnica, tada leproznih institucija, koje kasnije poprimaju karakter azila za duševno oboljele osobe, odnosno u kontekstu tadašnjeg vremena, prema

Foucaultu, za „luđake“ koji su bili protjerani, potisnuti na rubove gradova, odnosno marginalizirani i zaboravljeni. Tako se i ljudska potreba za razumijevanjem duševnog poremećaja potisnula i bila stavljena na rub zanimanja.

Početkom 18. stoljeća, u sklopu znanstvene revolucije i intelektualizma, ponovno se javlja zanimanje za psihom. Otac moderne psihijatrije Philippe Pinel „oslobađa“ siromahe i „luđake“ iz zatvorskih okova okrutnog Selpetriera, čime se uspostavlja novi odnos prema duševno oboljelima koji je podrazumijevao humaniji pristup uz uvažavanje i razumijevanje, što na prvi pogled, može se reći, otvara vrata za psihoterapiju. Pinel zabranjuje nasilno ponašanje prema pacijentima i psihijatriju uvodi u eru azila. U Njemačkoj, Francuskoj, Engleskoj, Americi i mnogim drugim državama otvaraju se institucije za mentalno oboljele koje potiču uvjerenje da je duševna bolest izlječiva, s novim, etičkim pristupom prema duševno oboljelima. Rudolf Virchow, poznat kao otac moderne patologije, sa svojom molekularnom teorijom, u kojoj živčani sustav smatra odgovornim i za somatska i za duševna oboljenja, uvodi u neurologiju razumijevanje određenih duševnih stanja kao što su neurastenija i histerija što je dovelo do začetnika psihoanalitičke misli i početaka moderne psihoterapije.

Buđenje nesvjesnog

Počeci psihoanalize vežu se za radove dvojice pariških entuzijasta, neurologa Jeana-Martina Charcota i Pierrea Janeta, koji su svoje zanimanje usmjerili na liječenje histerije (u njihovo vrijeme bila je to jedna od najzastupljenijih dijagnoza te je unutar psihoanalitičke škole zauzela bitno mjesto) pomoću hipnoze, do tada u medicinskim krugovima neprimijenjene metode. Sâm pristup i način na koji su tretirali pacijente zaintrigirao je Sigmunda Freuda, kasnije začetnika psihoanalize, u to vrijeme mladog liječnika - neurologa. Fasciniran

pristupom, prve radove na temu histerije objavljuje 1885., a svoje najvažnije djelo „Tumačenje snova“, u kojem objašnjava buduće postulate psihoanalize, objavljuje 1900. godine te time postavlja temelje za psihoanalizu, prvu zvaničnu psihoterapiju tada primjenjivanu u kontekstu psihopatologije, psihijatrije u cilju liječenja i „boljeg“ razumijevanja prirode čovjeka. Psihoanalitička teorija okarakterizirana je kao biološka, deterministička, redukcionistička, hedonistička i, prema egzistencijskom shvaćanju, negativistička.



Freud nam nudi topografski pristup u shvaćanju ličnosti i ljudske prirode, u kojem redukcijski promatra duhovne kapacitete čovjeka, objašnjavajući ga načelima ugone i zadovoljstva te pomoću osnovnih motiva Erosa i Thanatosa, koji su objašnjeni na razini instinkata ili nagona, te nam uz pojam libida ili seksualne energije objašnjava dinamiku unutar ličnosti. Freud je smatrao da je smrt konačni cilj ljudskog postojanja, te samim tim nije ostavljao prostora za samoaktualizaciju, za moguće ispunjenje ličnosti, ostvarenje, samotranscendenciju, odnosno za eventualni govor duha egzistencije u tom hodu do, prema Freudu, neizbježnog nepostojanja.

Freud je koristio načela entropije i konstantnosti kako bi objasnio instinkt smrti, ljudsku težnju ka smrti, što bi značilo da je smatrao kako sve što je živo i svi živi procesi imaju težnju vraćanja u stanje „stabilnosti“ kakvo postoji u neorganskom svijetu. Tomu je pridodao

kako smatra da je život stvoren iz nežive tvari te je u kasnijim radovima, vođen tim razmišljanjem, vjerski, duhovni život doživio kao oblik neuroze. Korijen tog problema našao je u neriješenom Edipovom kompleksu, a organizirane religije promatrao kao izvor kolektivne neuroze. U jednom od pisama Ludwigu Binswangeru kaže: „Za religiju sam već našao mjesto u svojoj niskoj kućici nakon što sam naišao na kategoriju ‘neuroza čovječanstva!’“

Karl Jaspers, filozof egzistencije, kako je sebe smatrao, i plodonosni pisac na polju psihopatologije ističe kao najveću kritiku Freudu da u svome kauzalnom determinizmu stalno zamjenjuje razumijevanje fenomena s njegovim objašnjenjem te ističe njegov selektivan pristup, odnosno njegovo potiskivanje seksualnosti, pri čemu uopće ne sagledava što nastaje potiskivanjem čovjekovog uma i duha. Viktor Frankl motiviran Jaspersovom filozofijom u godinama poslije, u svom obračunavanju s duhovno-determinističkim stavovima tada razvijene psihoanalize, ističe „duhovno nesvjesno“ kao pandan za „Id“, odnosno sferu ličnosti koju je Freud smatrao odgovornom za duhovno-religiozni život, te objašnjava kako svaki čovjek ima potisnutu duhovnost, podsvjesnu, a pod time misli neaktualiziranu duhovnost, koju treba dovesti u stanje svijesti, te to smatra jednom od zadaća egzistencijske analize.

Freudovi najbliži suradnici iz psihoanalitičkog kruga, Alfred Adler i Carl Gustav Jung, nakon nekoliko godina suradnje odvojili su se i napravili vlastite teorije ličnosti, a samim tim i psihoterapijske škole. Adler je osmislio svoju teoriju, koja je postala poznata kao Individualna psihologija, te je u težnji da svoju misao razgraniči od Freudove naglasak stavljao na ljudsku potrebu za zajedništvom, dajući svojoj teoriji značajan socijalni karakter, što su i Freud i Jung zanemarivali. Adler je isticao jedinstvenost svake ličnosti, smatrajući svakog čovjeka jedinstvenom konfiguracijom motiva, crta, interesa i vrijednosti, te je u svom psihoterapijskom pristupu potencirao svjesne motive, što ga čini pionirima u razvoju psihologije usmjerene na osobu. Ipak, egzistencijalistički orijentirani filozofi, a kasnije psihoterapeuti, uvelike mu

zamjeraju zbog nekoliko filozofskih odrednica. Umjesto Freudovih motiva za život i za smrt, Adler je razvio „volju za moći“, odnosno prvobitno je smatrao da je agresivnost važniji motiv od seksualnosti, da bi zatim napustio tu vrstu razmišljanja i razvio koncept „volje za moći“. U svojim kasnijim radovima, umjesto volje za moći osmislio je koncept „težnje za savršenstvom“, smatrajući da ona predstavlja unutrašnju nužnost samog života, a proizlazi iz osjećaja manje vrijednosti i kompenzacija, odnosno nadkompenzacija. Frankl je u svezi s tim istaknuo da duhovnost i stanje duha ne mogu nikako biti izvor neke kompenzacije ili nadkompenzacije jer to bi onda značilo neautentičnu duhovnost, već svaki govor duha podrazumijeva svjesno djelovanje, a ne nesvjesno, kako su smatrali Adler i Freud.

Carl Gustav Jung, iz prvobitne psihoanalitičke škole, najviše se bavio pitanjem duhovnosti, religioznosti i samim pitanjem Boga. U svom radu isticao je da je nesvjesno ono što treba ostvariti, te je tako u svojoj biografskoj knjizi „Snovi, sjećanja i razmišljanja“ rekao „moj život je priča o ostvarivanju nesvjesnog“. Možda je najistaknutija i specifična odlika Jungovog gledanja na ljude to da ono kombinira teologiju s kauzalnošću. Ljudsko ponašanje uvjetovano je ne samo individualnom i rasnom poviješću nego i ciljevima i aspiracijama. Za Freuda postoji samo beskrajno ponavljanje instinktivnih tema, sve dok se ne umiješa smrt, dok je su Junga ovdje stalni, i često stvaralački, razvoj, težnja za cjelovitošću i postignućem potpunosti, te žudnja za ponovnim rođenjem. Jung smatra da su kumulativna iskustva ranijih naraštaja, koja se protežu daleko unatrag, u mutna i nepoznata podrijetla ljudi, razvila i oblikovala suvremene ljude u njihov sadašnji oblik. Temelji ličnosti arhaični su, primitivni, urođeni, nesvjesni i, vjerojatno, smatra on, univerzalni. On tu povijesnu kauzalnost naziva kolektivnim nesvjesnim – što predstavlja jedan od najoriginalnijih i najkritiziranih pojmova u psihologiji ličnosti – na koje velikim dijelom utječu arhetipovi, koji se smatraju trajnim „talogom“ u duši koji se tijekom mnogih naraštaja stalno ponavlja.

Dakle, Jung ne osporava duhovni karakter osobe, kao Freud, i duhovnosti ne pridodaje patološki karakter, ali je svrstava u nesvjesno i postavlja u poziciju determiniranu

ranijim iskustvima, dajući arhetipovima strukturalno svojstvo u samoj psihi, za što Frankl ističe da je onda ona vezana za neurobiološke strukture, čime i duhovnost u cijelosti postaje stvar psihofizičkog, dok, po Franklu, ona treba biti nositeljem, glavnom odrednicom tog psihofizičkog. Iako Frankl Jungu pridaje veliki značaj, on smatra i da je pogrešno lokalizirao duhovnost. Po Jungu, kako kaže Frankl, ego u određenim granicama uopće nije kompetentan po pitanju duhovnosti i religioznosti, već zavisi od Ida, koji treba probuditi određeni arhetip Boga, odnosno pozvati Boga u svjesni dio. Time Frankl smatra da se Ja ne odlučuje za Boga, već je određen ranije izgrađenim religioznim arhetipovima.

Freud, Jung i Adler imaju svoje značajno mjesto u psihologiji i psihoterapiji, općenito u razumijevanju čovjeka, jer su njihove teorije značajno pridonijele razvoju psihoterapijske misli, zbog čega Frankl ističe da bi povijest psihoterapije bila nezamisliva bez njihovih djela.

Prkosna moć duha

Usporedno s razvojem psihoanalize razvijale su se još dvije psihoterapijske škole. Prva je rasla na tlu Europe u okviru egzistencijalne filozofije, a druga se razvijala na tlu Amerike pod nazivom bihevioralna psihoterapija. Egzistencijalizam ima svoje korijene još u 19. stoljeću u radovima Kierkegarda, Nietzschea, Heideggera, Jaspersa i niza drugih poznatih filozofa, ali za klinički pristup u okvirima psihoterapije najzaslužniji su Karl Jaspers i Ludwig Binswanger. Pored primijenjene filozofije, oni su prvi pokušali razviti egzistencijalistički pristup u shvaćanju čovjeka, psihoterapiju pod nazivom egzistencijalna analiza čija je glavna metoda u razumijevanju čovjeka bila fenomenološka. Paradoks čovjekovog postojanja za mnoge je zasnovan na činjenici da je čovjek istovremeno i duša i tijelo, i racionalno i iracionalno biće ograničeno vanjskim uvjetima življenja. Pored subjektivne crte egzistencijalizma, uočava se i aktivistička crta koja nadilazi i sâm individualizam koji mu je imanentan. Čovjek je, ukratko, u egzistencijalističkoj misli shvaćen u kategorijama Perspektive, Mogućnosti, Odgovornosti i Odlučnosti. Egzistencijalizam upućuje na transcendenciju, budućnost i otvorenost čovjeka, a pri tome jasno i pošteno daje do znanja što sve sloboda i izbor

nose sa sobom. Egzistencijalizam naglašava duhovni aspekt čovjeka, samo je razlika u putu kojim se dolazi do njega, odnosno kako se otkriva, ali svakako je naglasak na čovjekovom bitku, Tu-biću i samotranscendenciji, odnosno samoaktualizaciji. U okviru egzistencijalne psihoterapije ističu se Allport, Rollo May, Maslow, pa i Rogers, po svom fenomenološkom opredjeljenju, zatim Frankl, kao predstavnik egzistencijalne analize, te na kraju Laing, u okviru egzistencijalne psihoanalize. Cjelokupna egzistencijalistička škola ističe ljudsku potrebu za aktualizacijom, ispunjenjem života, pronalaskom smisla i potpunim djelovanjem u skladu s vlastitim duhom. Naravno, unutar pravaca postoje određene karakteristike po kojima se razlikuju, ali bitno je istaknuti da imaju zajednički korijen i naglasak na duhovno-ontološkoj dimenziji.

Radom Frederica Fritza Perlsa, gestalt terapija nastavila je tamo gdje su psihološka i psihodinamska otkrića iz Njemačke stala. Perls je počeo kao student i, kasnije, terapeut i pisac psihoanalize, ali je imao svoj

neovisan način razmišljanja. Perls je tijekom života neprestano revidirao i mijenjao gestalt terapiju u skladu s novim idejama, filozofijama i iskustvima koja su dolazila u njegov život. U svojem korijenu gestalt ima fenomenološki način shvaćanja te se naslanja na egzistencijalističku filozofsku misao, odnosno naglašava odgovornost svake osobe za vlastiti život. Pioniri gestalt psihoterapije preuzeli su od gestalt filozofije načine shvaćanja percepcije i organizacije iskustva te kao glavne pojmove ističu pozadine i figure, smatrajući da se mi u svojoj svijesti pokušavamo koncentrirati na figure, ali da figure ne mogu postojati bez pozadina. Kad figura ne bi imala pozadinu, koja nema perceptivni primat, mi ne bismo razaznali figuru. Tako je negativni aspekt svake stvari jednako važan kao i onaj pozitivni na koji se usredotočimo. Prema Perlsu, svako ponašanje treba promatrati kao ponašanje i osjećaj koji su ujedinjeni u tom trenutku doživljenom pozadinom.

U okvirima egzistencijalne analize, Frankl ističe da se pri uočavanju smisla ne zapaža tek neka „figura“



koja nam upada u oči ispred neke „podloge“, nego je riječ o otkrivanju mogućnosti pred pozadinom stvarnosti, mogućnosti da se stvarnost promijeni. Eksperimentalno orijentirani gestalt psiholozi ističu da necjeloviti gestalt, nezavršeni gestalt, ostaje u sjećanju osobe kao problematičan. Dakle, ako vidimo nešto što nije dovršeno i čiji gestalt nije zatvoren, naš um u tom slučaju ne može mirovati. Naša svijest, podsvijest i sva naša čula bivaju probuđena tim problemom, stvara se neka vrsta konflikta. Ova tendencija okupiranja nedovršenim gestaltom podrazumijeva i postojanje osjećaja mira jednom kada dođe do stvaranja finalnog gestalta. Ovaj koncept koristi se u gestalt psihologiji kao dinamični koncept psihologije „nedovršenog posla“. Terapeutski gledano, ono što je nedovršeno mora se ponovno iskusiti. I ne samo to – mora se ponovno iskusiti i zatvoriti u osobnom iskustvu. Tek tada dolazi kraj. Unutar tog procesa psihoterapija se ne temelji na kapacitetima, na mogućnosti duhovnog izričaja, već se vodi u iskustveni sadržaj koji je određen prethodnim, doživljenim. U tom procesu ne gledamo „za što“, već „kako“, što psihoterapijski pristup ponovno ograničuje okvirima simptomatskog izričaja.

Mislim, dakle, ponašam se

Prvi značajni zamah biheviornalne terapije u Europi započeo je radom Eysencka i njegovih suradnika u Londonu, gdje je demonstrirao da se biheviornalni pristup može efikasno primijeniti u radu s neurotičnim osobama. Ovaj pristup nastao je iz potrebe eksperimentalno usmjerenih psihologa za stvaranjem modela i pristupa za razumijevanje i uklanjanje neprilagođenih ponašanja. Model je poznat pod nazivom biheviornalni, a zasniva se na zakonitostima koje su prethodno eksperimentalno utvrđene i provjerene. U Americi, Watson i Jones, a nešto kasnije i drugi autori, već oko 1925. godine pišu o mogućnostima primjene tehnika uvjetovanja u radu s djecom na otklanjanju strahova, te je iz tog područja poznata i eksperimentalna studija „Little Albert“. Oko 1930. g. javlja se prvi val istraživanja „neurotičnog“ ponašanja životinja. Radi se o pokusima u kojima je zastrašujućom ili neugodnom stimulacijom uvjetovano neadaptivno ponašanje kod eksperimentalnih

životinja. Nakon toga, primjenom tehnika uvjetovanja, neadaptivno se ponašanje „liječi“. Značajan doprinos razvoju biheviornalne terapije u Americi imao je Skinner koji je u radu sa psihotičnim pacijentima pokušao koristiti operantno uvjetovanje. Jedna od osnovnih pretpostavki u biheviornalnom pristupu je da se neadaptirano ponašanje pod određenim uvjetima može naučiti. Slijedeći određene zakonitosti ono se može ukloniti i nadomjestiti naučenim adaptiranim ponašanjem. I učenje određenih ponašanja i odučavanje od nepoželjnih ponašanja odvija se prema zakonitostima klasičnog i operantnog kondicioniranja.

Za razliku od većine psihoterapijskih pravaca koji su usmjereni na osobu i aktualizaciju potencijala osobe, biheviornalna terapija usmjerena je na sadašnje ponašanje, pažnja se usmjerava na sadašnje okolnosti koje prethode i koje slijede neko ponašanje. Koncepti kao što su „nesvjesno“, „uvid“, „transcendencija“ i „smisao“ ne koriste se, a terapijski su ciljevi strogo ograničeni, odnosno uvijek usmjereni na mijenjanje nekog izdvojenog ponašanja. Dva su glavna zadatka: prvi je izgrađivanje novog (poželjnog) ponašanja, a drugi uklanjanje nepoželjnog ponašanja. Ovdje se želi naglasiti da je biheviornalni pristup simptomatski. U mnogim državama biheviornalni pristup naziva se i modifikacijom ponašanja. Naglasak unutar biheviornalnog pristupa stavlja se na aspekt primjene postupka i tehnika, a ne na emocije, odnos, povijesne odrednice itd. Biheviornalna je terapija klinička, eksperimentalna, biološka, deterministička, simptomatska i određena je svojim ciljem, promjenom ponašanja. Samim tim ona ne dovodi u vezu s duhovnim aspektom. Ona ga ne negira, ali selektivno ističe da se sve može u procesu učenja i steći i izgubiti, odnosno da je sve podložno zakonima kondicioniranja. Biheviornalni terapeuti usmjereni su na sve ljudske pojave koje se mogu objektivizirati, odnosno na sve ono što je podložno znanstvenim zakonima mjerenja, te je upravo to aspekt koji Frankl napada i strogo osuđuje, čvrsto uvjeren da se ljudski život ne može objektivizirati i staviti u određeni kalup, da se ne može izmjeriti koliko netko voli, kako osjeća i slično.

Frankl se, nadalje, oštro protivi uvjerenju da se čitav ljudski život može svesti na puko ponašanje i uvjetovanje, smatrajući da je čovjek upravo postao

čovjekom zahvaljujući toj duhovnoj, transcendentnoj osobini, jer ako bismo sav naš psihički život sveli samo na puko uvjetovanje i na biološku razinu, onda se on ne bi razlikovao od animalnog, a ipak se razlikuje, smatra Frankl. Jedna od najvećih kritika biheviornalne terapije – da zanemaruje emocije, ugrožava slobodu klijenta i suviše mehanicistički promatra čovjeka, nalik na dresuru – upućena je upravo od strane egzistencijalno usmjerenih psihoterapeuta. Duhovni je kontekst unutar biheviornalne terapije netaknut, neprimjetan, osim ako ne dolazi upravo u koliziju s određenim ponašanjem ili simptomom koji se želi mijenjati.

Krajem 60-ih godina prošlog stoljeća povećava se nezadovoljstvo biheviornalnom orijentacijom u psihoterapiji. Brojni psihoterapeuti smatrali su da se sva ponašanja ne mogu objasniti samo biheviornalnim načelima, zbog čega se uvodi medijacijska uloga kognicija. Aaron Beck i Alber Ellis, glavni osnivači kognitivnih terapija, imali su kao psihijatri temeljno psihodinamsku edukaciju iz psihoterapije, ali usprkos tomu njihov kognitivni model psihopatologije i psihoterapije u velikoj se mjeri zasniva na kliničkim zapažanjima, a manje na osnovama psihologije crta ličnosti i tradicionalnim teorijama ličnosti. Kognitivna terapija usmjerena je na različita vjerovanja klijenta, očekivanja, procjene, atribucije uzročnosti ili odgovornosti i slično. Klijenta se uči da svoje stavove i vjerovanja razmatra kao hipoteze, pa se tretman često svodi na zajedničko provjeravanje klijentovog načina mišljenja. Neke od metoda u okviru kognitivne terapije su identifikacija i evaluacija negativnih misli, prepoznavanje kognitivnih distorzija, rad na bazičnim vjerovanjima, te tehnike reatribucije, zaustavljanja misli i preusmjeravanja pažnje. Kao i kod biheviornalne terapije, kritika je usmjerena na zanemarivanje ličnosti i dimenzija osobnosti, na kognicije koje su postale odraz patologizacije, zbog čega se ljudsko vjerovanje o sebi, a ne nešto što je u njemu, smatra patogenim. Pritom se uopće ne stavlja naglasak na ljudske potencijale i sposobnosti, već se gleda pacijentova mogućnost za poštivanje terapeutskog dogovora, odnosno mogućnost da promijeni svoju kogniciju ili, u kombinaciji s biheviornalnim, i svoje ponašanje. Također, kognitivan pristup je i selektivan jer objašnjava samo kogniciju, a zanemaruje duhovni aspekt ličnosti, kako u odnosu terapeut-klijent tako

i u terapijskom procesu, koji je isključivo orijentiran na promjenu kognicija i praćenje istih. Bez obzira na zanemarivanje ličnosti, osobina i kapaciteta, odnosno mogućnosti, kognitivno-biheviornalna terapija danas je jedna od najprimjenjenijih psihoterapija, pogotovo u kliničkom smislu.

Istina, put ka liječenju

Nikad nije bilo više psihoterapeuta i psihoterapija nego što ih ima u današnjem modernom svijetu, a opet, paradoksalno tomu, ističe se činjenica da nikad nije bilo više duševno oboljelih osoba. Danas se, za razliku od nekih drugih vremena, više radi na integraciji i boljem razumijevanju duševno oboljelih, što pokazuje i veća zainteresiranost društva za proučavanjem različitih psihoterapijskih pravaca, ali mora se istaknuti kako se i norma za ono što je normalno, ono što nije u kontekstu psiholoških oboljenja, značajno snizila. Današnji psihoterapijski pravci razlikuju se jedni od drugih i u samoj primjeni i u samoj filozofskoj osnovi od koje kreću. Tako vidimo da biheviornalna psihoterapija cilja „promijeniti ponašanje“, zbog čega je, vođena tim ciljem, iz svog vidokruga izbacila duhovni aspekt čovjeka, određena samo onim što je bitno za terapiju koja počiva na biheviornalnim načelima. Psihoanaliza je, kako bi bolje razumjela svoga klijenta, prema njemu izgradila hladan odnos, stavivši ga na kauč (doduše, velik broj modernih psihoanalitičkih škola izbacuje kauč iz uporabe) i objektiviziravši njegovo razmišljanje, bez potrebe za aktivnim dijalogom, pri čemu su duhovni aspekti svedeni na izričaj, a ne na mogućnosti. Brojne druge psihoterapijske škole, kao što su transakcijska, transpersonalna, Rogersova psihoterapija (CCT), realitetna, KBT, ERKBT, EMDR, napravile su značajan pomak u psihoterapijskim tehnikama, ali jesu li se približile ljudskom duhu? Psihoterapija je, u jednu ruku, set tehnika koji pomažu čovjeku u prevladavanju njegovih poteškoća, ali treba li biti samo to? Mnoge terapijske tehnike oduzimaju ono što je čovjeku njegovim postojanjem dato, opravdavajući se svojim ciljem, ali zar cilj psihoterapije nije i osvjetljavanje, a ne samo rješavanje? Razne terapije, kao npr. KBT, EMDR, gestalt ili transakcijska, temelje se na rješavanju, upotpunjenju

iskustva, ne baveći se suštinom života, smislom, te samim tim zanemaruju duhovni aspekt čovjeka koji je imanentan u svakom susretu. Jer čovjek je, samo po sebi, nešto više nego samo objekt, slučaj, jedinka okružena i natopljena određenom povijesnom situacijom. Ako je psihoterapiji cilj dovesti bolesnika do oslobođenja od svih njegovih simptoma, do prilagođavanja postojećim društvenim prilikama i normama, onda je takav cilj nedovoljan, jer u tom slučaju ona može stvoriti legiju konformista kojima više nije svrha dokučiti smisao vlastite egzistencije, već im svrha postaje oportunistički život, u kojem je stjecanje moći i važnosti jedini cilj. Jaspers ističe da cilj psihoterapije ne smije biti samo puko umirivanje bolesnika sugestijom ili medikamentima, jer u tom slučaju ona potpomaže laž i iluziju, te svjesno

izbjegava egzistencijalni pristup, intimni kontakt, tražeći prije mogućnost da oslobodi nego da rasvijetli. U svezi s tim Frankl je više puta u svojim radovima istaknuo da se ljudi danas konstantno oslobađaju od nečega, a nikako da rasvijetle sebi da su slobodni za nešto. Psihoterapijski susret je susret prema istini, koji treba rasvijetliti mogućnosti. Danas među psihoterapijama postoji integrativni, eklektički pristup i istraživanja pokazuju da psihoterapija ide u tom smjeru. Bolje razumijevanje čovjeka i njegovih problema moguće je tek ako ga pogledamo iz različitih perspektiva, a ne ako zanemarujemo i ignoriramo određene ljudske aspekte. Jer, kao što je istaknuo Frankl, patuljak na ramenima diva može vidjeti mnogo dalje. **L**



Piše: Tea SELAKOVIĆ

Pas kao kućni ljubimac ima posebno mjesto u svakoj obitelji. Najčešće ga obitelj doživljava kao ravnopravnog člana i posvećuje mu puno pažnje i ljubavi. Ono što vlasnici pasa dobiju od njega, kao što sami znaju reći, jest neizmjerljiva ljubav i odanost.

Vrlo često vlasnici govore i o terapijskom učinku pasa u njihovim životima. Veseliji su, život im ima smisla, pomažu im u održavanju zdravstvenog stanja zbog redovitih šetnji i slično. Sve je to i istina, a većinu onoga što ljudi osjećaju i doživljavaju u suživotu sa svojim kućnim ljubimcem dokazuju i znanstvena istraživanja. Najčešće je to pozitivan utjecaj na visoki sistolički (krvni) i puls (Anderson, Reid & Jennings, 1992; Friedmannetal., 1980; Cox, 1993), poboljšanje kardiovaskularnog sustava (Cox, 1993; Friedmannetal., 1980), snižavanje razine hormona stresa (Cole & Gawlinski, 2000), smanjenje anksioznosti (Barker&Dawson, 1998; Draperetal., 1990; Hansen, Messinger, Baun & Megel, 1999; Hookeretal, 2002; Miller et al., 2003; Staatsetal, 1999), ublažavanje depresije (Walsh & Mertin, 1994), podizanje samopouzdanja (Walsh & Mertin, 1994) i povećanje dnevnih aktivnosti i skrbi o sebi (Campbell-Begg, 2000), čime se povećava i fiziološka i psihička dobrobit osobe.

Ono što možemo u privatnim razgovorima kolokvijalno zvati terapijom i terapijskim učinkom pasa nikako ne možemo prenijeti na javnu i profesionalnu razinu. Terapija (starogrčki θεραπεία, služba bolesniku, njega bolesnika) jest postupak kojim se ublažavaju ili otklanjaju simptomi bolesti ili ozljede i uspostavlja se prethodno narušeno, normalno stanje zdravlja. Prema oksfordskom rječniku terapija je postupak kojim se umanjuje ili liječi poremećaj (Treatment intended to relieve or heal a disorder), dok je terapeut osoba osposobljena za određenu vrstu terapije (A person skilled in a particular kind of therapy). Na temelju tih definicija možemo zaključiti kako terapija uključuje osobnu, profesionalnu, etičku i moralnu odgovornost, pa se postavlja pitanje: na koji sve način pas koji provodi terapiju može biti odgovoran za sve komponente uključene u proces terapije. Može li pas i želi li uopće tu vrstu odgovornosti? Nikako ne treba

umanjiti ili zanemariti utjecaj psa u terapiji. Pas, kao i terapeut, može ostvariti odnos s čovjekom, pokazivanje emocija, može prepoznati emocionalno stanje čovjeka. Korisnik psa, kao i terapeuta, prihvaća kao neku vrstu podrške. Tijekom terapijskih tretmana pas utječe na korisnikovo psihičko i fizičko stanje, no on to čini spontano, dok terapeut to čini vrlo svjesno i orijentirano prema određenom cilju. Za odnos psa pomagača i klijenta manje je važna privrženost, a više povjerenje i osjećaj pripadanja (Chandler, 2005). U terapijskom kontekstu životinje pružaju korisniku osjećaj podrške, povjerenja i suosjećanja.

Pas primjerice može služiti kao most koji povezuje korisnika s okolinom (djecu s teškoćama, psihičke bolesnike, osobe s drugim teškoćama ili poremećajima) i tako omogućava osnaživanje korisnika ili brži oporavak. Poticanjem korisnika na sudjelovanje u raznim terapijskim, odgojnim ili obrazovnim aktivnostima pas doprinosi izlječenju ili barem poboljšanju stanja osobe. Zato ga zovemo psom pomagačem, jer on zaista pomaže u terapijskim procesima, u bržem i boljem postizanju terapijskih ciljeva. Međutim, pas ne procjenjuje korisnika, ne postavlja terapijske ciljeve, ne prati napredak, ne usmjerava aktivnosti k određenom cilju i ne obavlja čitav niz drugih postupaka koji su odgovornost terapeuta.

Istraživanja potvrđuju kako pas može prepoznati razna emocionalna stanja prisutna kod korisnika (Albuquerque et al., 2016), a praksa brojnim primjerima potvrđuje kako pas pridonosi najrazličitijim terapijskim, obrazovnim i odgojnim procesima. Pas ne može razumjeti sadržaj ljudskog ponašanja, ni shvaća zbog čega se osoba osjeća i ponaša tako kako se osjeća i ponaša. On prepoznaje da je netko uznemiren i reagira na njegovo emocionalno

stanje, no ne razumije zbog čega je osoba uznemirena. Pas reagira i utječe na trenutačnu situaciju i stanje. Kad se promijeni situacija, pas mijenja svoje ponašanje. Terapeutu su važni sadržaj i pozadina procesa kako bi mogao utvrditi uzrok i ukloniti ga. Pas može korisnika smirivati kako bi mu olakšao stresne situacije, može korisnika motivirati u izvršavanju teških aktivnosti, može biti emocionalna veza između korisnika i terapeuta kako bi se brže stvorio odnos povjerenja, može potaknuti korisnika da pređe svoje granice sigurne zone jer u psu nalazi sigurni oslonac. To su samo neki primjeri kako pas pomagač uz terapeuta može unaprijediti život korisnika. Promoviranje pasa kao „čudotvornih napitaka“ koji u tren oka rješavaju sve ljudske probleme nanosi veliku štetu i njima samim. Roditelji djece s teškoćama i razne oboljele osobe uzimaju pse pod pretpostavkom da će sama prisutnost psa riješiti njihove teškoće. To je jako veliko očekivanje i pritisak na psa da učini nešto što ne razumije ili ima sposobnosti učiniti. Rezultat toga je da pas počinje razvijati problematično ponašanje zbog stresa, a korisnici ga nakon nekoliko mjeseci napuštaju i premještaju u druge obitelji.

Mi smo društvena bića i skloni smo senzacionalnim naslovima u novinama kojima je cilj privući pozornost i zabaviti čitatelje. Tako sve češće možemo vidjeti naslove „Prohodao uz psa“, „Pas je izvrstan terapeut“, „Pas liječi dijete s autizmom“ i slično. No to jednostavno nije istina



Pas sam po sebi utječe na nas, ali to ne znači da ga možemo proglasiti terapeutom niti ono što on spontano radi terapijom.

Suživot ljudi i pasa ima dugu povijest, iz čega je evidentno da cijelo to vrijeme ljudi imaju različite koristi od toga suživota. Bilo da im je pas čuvar kuće u dvorištu, kućni ljubimac ili terapijski pas, on ima važnu ulogu u našem društvu.

Odgovorno bi bilo da se prije bilo kakve odluke dobro razmisli o psu. On je živo biće i mi imamo određenu obavezu poštovati njegove potrebe i individualnost. Glavno je pitanje hoćete li kao voditelji imati dovoljno vremena i volje uložiti u edukaciju i rad sa psom pomagačem?. Edukacija koju provodimo u udruzi Psi pomagači osmišljena je kako bi svim voditeljima pasa pomagača dala sveobuhvatno znanje da svog psa uključuju na kvalitetan, stručan i cilju orijentiran način. Jedino tako se dolazi do željenih rezultata koje mediji često ističu kao čudesan utjecaj pasa. Prije svega bih preporučila da se obrate udruzi kako bi dobili jasniju predodžbu svih obaveza, ali i mogućnosti što to znači biti voditelj psa pomagača.

Pas kao terapeut možda to ne može postići sam, no terapeut uz psa kao pomagača u svom poslu može znatno pridonijeti liječenju i rehabilitaciji korisnika. ■

Piše: Irena SEVER GLOBAN

Život prosječnog čovjeka danas je nezamisliv bez upotrebe medija. Oni su ušli u sve sfere ljudskog života: koristimo ih u poslu, kako bismo se zabavili u slobodno vrijeme, za religiozne prakse i duhovnost, traženje partnera, održavanje prijateljskih veza i još mnogo toga.

Nerijetko upravo u medijskim sadržajima pronalazimo bijeg od svakodnevice; prepuštamo se fiktivnim pričama koje nas nose u neke druge, možda bolje svjetove. I dok virtualno ulazimo u živote drugih, zaboravljamo na sebe i vlastite probleme. Priče su odgovor na duhovne i psihološke potrebe čovjeka. Prepuštajući im se, mi u stvari tragamo za estetskim užitkom, fiktivno nastanjujemo jedan drugačiji svijet, ali i definiramo osobni i društveni identitet pitajući se zajedno s likovima: »tko sam, odakle dolazim, i kamo idem«.

Čovjek danas do priča može doći putem raznih medija: knjige, televizijske serije, filma, radija, interneta. Mi ćemo se u ovom kontekstu osvrnuti na medij filma koji se, uz knjigu, danas najčešće koristi u psihoterapijskoj praksi kao pomoćno pomagalo. Nažalost, u široj je javnosti film kao takav još uvijek često percipiran kao medij čiji je primarni cilj zabaviti, dok se zaboravlja na one daleko važnije »nuspojave« te »sedme umjetnosti«: educirati, ohrabriti, potaknuti, dati uvid, osvjestiti, donijeti nadu, mijenjati (stavove, osjećaje, ponašanja). Film je medij koji kroz priču koju pripovijeda, istina, i zabavlja, ali i poučava komunicirajući s gledateljem putem slika, simbola i metafora. Cora Moore će tako iz humanističko-egzistencijalne perspektive reći da su upravo te vizualne metafore »proces kroz koji se osoba može kretati prema duhovnoj razini, otkrivajući smisao, i iskušavajući život kao smislen i vrijedan življenja«. Metafore aktiviraju podsvjesne obrasce asocijacija te utječu na stvaranje novih odgovora i ponašanja u sadašnjoj svjesnosti. Stoga je cilj terapijskih metafora podučiti, a to se događa tek kada se klijent poveže i identificira s filmskom pričom i likovima te onda primjeni priču i njene moralne implikacije na vlastiti život. Heston i Kottman smatraju

da osjećaj podijeljenog iskustva koje proizlazi iz metafore omogućuje umanjivanje klijentovog osjećaja izolacije i egzistencijalne usamljenosti.

Korištenje filma u psihoterapiji relativno je nova terapijska praksa, iako postoje podaci da se film kao priručno pomagalo koristio već u četrdesetim godinama 20. stoljeća. Valja svejedno naglasiti da filmoterapija kao samostalan oblik terapijske prakse još službeno ne postoji. Film kao pomoćno terapijsko sredstvo koristi se u brojnim psihoterapijskim pravcima, između ostalog i u logoterapiji.

Kako i kada koristiti filmove u logoterapiji?

Problemi uz koje se mogu primjenjivati filmovi u logoterapijskoj praksi su brojni: od napuštenosti, posvajanja, seksualnih disfunkcija, ovisnosti, smrti, do rastave braka, problematičnih partnerskih i obiteljskih odnosa, poremećaja u prehrani itd. Filmoterapija se može koristiti u individualnoj i grupnoj terapiji, a posebno je pogodna za klijente do kojih je teško emotivno doprijeti. Hesley i Hesley preporučuju da se film ne koristi s malom djecom, klijentima s ozbiljnim psihozama, parovima kod kojih je prisutno nasilje u obitelji, ili kod klijenata koji su nedavno proživjeli traumu. Ukoliko je klijent doživio neku tešku traumu (PTSP kao posljedica rata, seksualnog iskorištavanja i sl.) mogao bi biti vidno uznemiren i pojačati simptome nakon gledanja filma koji govori o temi koja je vezana uz uzrok njegove traume (npr. Spašavanje vojnika Ryana ako se radi o ratnim traumama). Također, valja voditi računa o mogućim negativnim učincima koje bi film mogao ostaviti na klijenta: da ima jaču reakciju od očekivane, da ne vidi

poveznicu između svoje situacije i one koja se prikazuje u filmu, da postane uznemiren zbog činjenice da je terapeut mogao pronaći poveznicu između njega i nekog od antagonista. Iz tog razloga, nije poželjno preporučiti film u kojem postoji lik negativca, a klijent bi mogao misliti da terapeut smatra da među njima postoji sličnost. Važno je stoga voditi računa o kompatibilnosti klijenta i lika iz filma te biti sigurni da se u filmu mogu naći role models kao i realistične mogućnosti koje klijent uistinu može primijeniti u vlastitoj situaciji. Zbog toga je nužno da terapeut pažljivo izabere film i pripremi klijenta za gledanje. Moguće su također situacije u kojima će klijent sam reći kako se prepoznao u nekom filmu, pa će tada terapeut pogledati film i po mogućnosti ga »ucijepiti« u proces terapije.

Prema Berg-Cross i sur., postoje četiri koraka o kojima valja voditi računa kada se koristi tehnika filmoterapije. Prva je da klijent aktivno i savjesno radi na određenom problemu, te mu poveznica između terapijskog problema i predloženog filma mora biti jasna. Ukoliko poveznica između sadržaja filma i klijentovog života nije dovoljno jasna, klijent može pribjeći nijekanju, racionalizaciji ili ignoriranju onoga što terapeut želi postići. Drugi korak uključuje terapeutovo htijenje da produbi razinu ili proširi pitanja na kojima klijent radi nastojeći ga potaknuti da istražuje i iskusi nove interpretacije i rješenja. Treći korak sastoji se u tome da terapeut adekvatno pripremi klijenta za gledanje filma, što zahtjeva razgovor s klijentom zbog čega je određeni film predložen, te gdje, kada i s kime ga gledati. U četvrtom se koraku razvija diskusija o filmu i to ubrzo nakon što je film pogledan, što će najčešće biti na susretu koji slijedi. Moguća pitanja koja terapeut može postaviti klijentu nakon odgledanog filma jesu: »Na koji je način lik u filmu riješio svoj problem?«, »Jeste li se mogli poistovjetiti s nekim od likova?«, »Što biste Vi učinili na njegovom/njezinom mjestu?« itd.

Haas sugerira da je u filmoterapiji dobro odabrati filmove koji pribjegavaju humoru i autohumoru. I logoterapija u svojoj terapijskoj praksi naglašava važnost korištenje humora u radu s klijentom, budući da je (auto) humor oblik samonadilaženja koja se nalazi u području čovjekovog duha. (Auto)humor dopušta klijentu da

zadrži zdrav odmak od vlastitog problema dok je u isto vrijeme sposoban prepoznati i razumjeti što mu valja naučiti i potom činiti.

Važno je naglasiti da terapeutu film treba biti dobro poznat te da ga je po mogućnosti gledao neposredno prije nego ga je preporučio klijentu. Uz to, terapeut bi trebao pročitati više filmskih kritika, što će mu omogućiti različite interpretacije filma do kojih bi i sam klijent eventualno mogao doći pri gledanju filma, a koje su možda različite od početne terapeutove interpretacije i nakane. Također, ponekad će biti potrebno i nekoliko seansi kako bi se o filmu raspravilo i shvatilo njegovo značenje kako za klijenta tako i za terapiju u cjelini.

Filmska tehnika autobiografije

Tehnika filmoterapije koja je osmišljena specifično unutar logoterapijskog pravca, temelji se na Eisenbergovom pitanju koje terapeut može postaviti klijentu: »Da snimaju film o Vašem životu, kako bi se film zvao?« Tu su ideju dvojica logoterapeuta, Robert Hutzell i Paul Welter, razvili u dvije filmske vježbe, i to u slučajevima kada se osobe muče s pitanjem smisla i/ili identiteta, a kroz koju razvijaju mogućnost učenja iz prošlih iskustava te postavljanja budućih životnih ciljeva. Prva vježba sastoji se u pronalaženju životne svrhe do tadašnjeg trenutka terapije. Klijentu se daje mogućnost da imaginarno napravi film o vlastitom životu. On sam bira budžet za film ovisno već o tome koliko je imao novaca do tog trenutka, ili na osnovi toga koliko vrednuje novac u vlastitom životu. Zatim bira žanr filma koji se temelji na osobnom životnom iskustvu (vestern, komedija, romansa, horor, akcija, pustolovni itd.). Glavnog glumca (koji će tumačiti klijenta) mogu odabrati i klijentova obitelj i prijatelji na temelju onoga što oni misle tko bi ga najprikladnije tumačio. Nakon toga klijent mora zamisliti filmsku ekipu kako odlazi na set i snima film o njegovom dotadašnjem životu, a onda se vraća s vrpcom koja je spremna za montažu i distribuciju u kino dvorane. Na taj način osobe »pišu« određenu vrstu autobiografije te pokušavaju pronaći smisao u prošlim događajima koji su ih zadesili, suočiti se s lijepim i teškim trenucima i osvjestiti si da su usprkos svega još uvijek živi te da sigurno u njihovom životu ima puno toga dobrog na čemu mogu biti zahvalni, ali možda i propusta s kojima se treba suočiti i oprostiti si ili tražiti oprostnje.

Druga vježba se radi približno šest mjeseci kasnije. Radi se o nastavku prvog filma koji je postigao veliki uspjeh u kinima. Taj se nastavak mora temeljiti na radnji od tadašnjeg trenutka klijentova života prema budućnosti. Klijent piše scenarij i režira film na temelju događaja i odnosa koji će biti važni u njegovoj budućnosti. Koje bi ciljeve klijent želio postići? Koje prepreke mora nadići? S kime će podijeliti svoju budućnost? Kao i u prvom filmu, i sada klijent mora odrediti budžet za snimanje, likove, glumce, naslov, žanr i dr. Kroz ovu vježbu osoba si osvještava vlastite snove i želje koje bi mogla i željela ostvariti u budućnosti kako bi živjela smislenije i izašla iz možebitnog egzistencijalnog vakuuma, te shvatila da je odgovorna za svoj život i izbore koje čini.

Kao konkretan primjer navodimo Welterovo svjedočanstvo o korištenju ove logoterapijske filmske tehnike u grupi s muškim adolescentima kojima je bila dijagnosticirana lagana mentalna retardacija i poremećaji u seksualnom ponašanju. Mnogi od tih mladića bili su fizički ili seksualno zlostavljani u djetinjstvu. Filmska vježba omogućila je tim mladim osobama alternativne načine pričanja vlastite životne priče, prepoznavanje vlastite vrijednosti i pronalazak smisla u prošlim događajima, kao i postavljanje prioriteta za budućnost.

Koje filmove koristiti u logoterapiji?

Filmovi koji bi se mogli primijeniti u logoterapijskoj praksi bili bi oni koji u središtu priče imaju likove koji su, usprkos životnim ograničenjima, bolestima i razočaranjima, iz života uspjeli izvući najbolje, prevladati krize i osmisliti vlastiti život bez da se predaju očaju i malodušju. Zatim filmovi koji govore o herojskim činima u kojima su pojedinci bili spremni žrtvovati sebe za neke više ideale i ciljeve, autotranscendirajući, ostajući čovjekom u punom smislu riječi i u teškim trenucima poput rata ili prirodnih katastrofa, prakticirajući nesebičnost i plemenitost. Također, učinkovito je ako lik u filmu nadilazi životne prepreke autohumorom, vjerom i prkosom vlastita duha. Filmovi pak koje bi trebalo izbjegavati jesu oni koji gledaju na čovjeka u determinističkim okvirima tj. kao onoga čiji je život određen izvanjskim silama i okolnostima. Isto tako, filmovi koji zastupaju beznadnu sliku svijeta mogu destruktivno djelovati na čovjekov duh. A ono što je

Elizabeth Lukas rekla za dobru knjigu, možemo prenijeti i na film: on će terapijski moći biti od pomoći »ako njezin pisac (redatelj, op.a.) vjeruje u to da ima putova da se 'održimo iznad kaosa' i ako on svoje čitatelje (tj. gledatelje, op.a.) dovoljno ljubi da bi radi njih za takvim putovima tragao. Nadalje, neka je knjiga (film, op.a.) dobra onda kada je kadra biti 'prijatelj duše': iskrena, poticajna, zabavna, utješna, nadahnjujuća – kakvi prijatelji upravo i jesu.«

Filmove koje smo pronašli smislenima za ponuditi u logoterapijskoj praksi iz razloga što njihovi protagonisti pronalaze smisao i u najtežim životnim okolnostima kada se čini da izlaza nema, ne odustaju od borbe i slijeđenja vlastitih snova, iskazuju prkos duha, autohumor i samonadilaženje u kriznim situacijama, uče iz vlastitih pogrešaka i spremni su se mijenjati na bolje, ili su spremni svoj život žrtvovati za neke više ideale vraćajući nam vjeru u ljudsku dobrotu, jesu sljedeći: Adamove jabuke (Anders Thomas Jensen, 2005.), Babetina gozba (Gabriel Axel, 1987.), Bagdad Café (Percy Adlon, 1987.), Brodolom života (Robert Zemeckis, 2000.), Cirkus leptira (Joshua Weigel, 2009.), Čokolada (Lasse Hallstrom, 2000.), Dva dana, jedna noć (Jean-Pierre i Luc Dardenne, 2014.), Gravitacija (Alfonso Cuarón, 2013.), Greben spašenih (Mel Gibson, 2016.), Invictus (Clint Eastwood, 2009.), Joy (David Russell, 2015.), Kralj lavova (Roger Allers, 1994.), Mala Miss Amerike (Jonathan Dayton, Valerie Faris, 2006.), Marsovac (Ridley Scott, 2015.), Nakon vjenčanja (Susanne Bier, 2006.), Nedodirljivi (Olivier Nakache i Éric Toledano, 2011.), Odlazak u smrt (Tim Robbins, 1996.), Otporan na vatru (Alex Kendrick, 2008.), Patch Adams (Tom Shadyac, 1998.), Pijev život (Ang Lee, 2012.), Put (Emilio Estevez, 2010.), Schindlerova lista (Steven Spielberg, 2003.), Tri boje: Plavo (Krzysztof Kieslowski, 1993.), U dobru i u zlu (David O. Russell, 2012.), Život je lijep (Roberto Benigni, 1997.), Životi drugih (Florian Henckel von Donnersmarck, 2006.).

Naravno, svatko bi trebao sastaviti svoj osobni popis filmova za koje drži da mogu biti korisni u okviru logoterapijske prakse jer u nekom njegovom segmentu odražavaju Franklovo učenje o liječenju smislom. **L**

- UDRUGA LOGOS U DOBROTVORNOJ AKCIJI -

Piše: Darko BELJAN

Kad nepokolebljivo odlučimo život promatrati na franklovski način, on odjednom postaje naš kovčežić s blagom iz kojeg svakoga dana možemo izvaditi pokoji dragocjeni smisao trenutka te uz pomoć njega učiniti neko dobro, korisno i plemenito djelo. No taj se kovčežić otvara samo onom tko prvo otvori svoje oči i uši, a ponajprije svoje srce. Uostalom, srce ti kuca kako bi te podsjetilo da mu otvoriš vrata.

Tako otvorenima, smisao trenutka otkriva nam se u raznim prilikama. Primjerice, usred večernjeg telefonskog razgovora s prijateljem, u onom dijelu u kojem on usputno spomene kako ima nekoliko vreća usčuvanih dječjih igračaka s kojima se njegov sin odavno više ne igra i kako ne zna što bi učinio s njima.

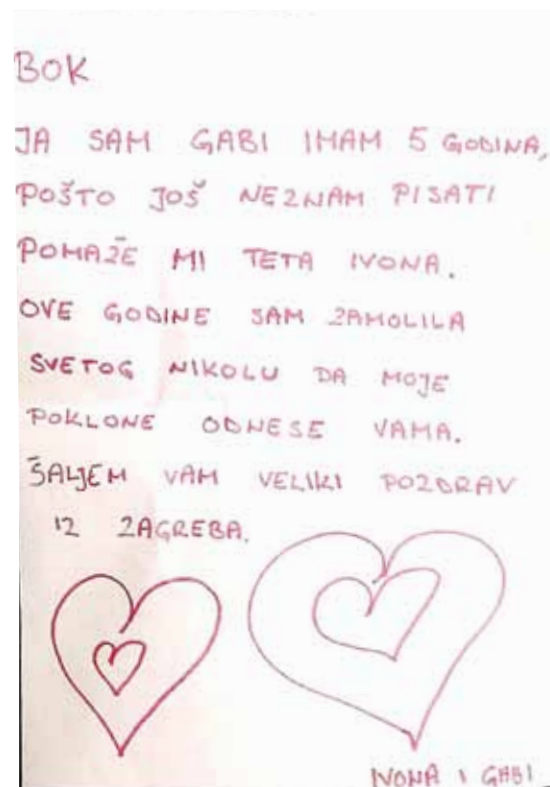
Igračke s kojima se nitko ne igra? U današnje vrijeme u kojem su mnogi toliko siromašni da ne mogu podmiriti ni osnovne životne potrebe, a kamoli svome djetetu kupiti igračku? Koliko li samo zaboravljenih i napuštenih igračaka skuplja prašinu po našim garažama, podrumima i tavanima... I koliko bi djece bilo veselo kad bi ih imalo...

Hej, ali to ne smije postati tema za jalovo zdvajanje i isprazno naklapanje! Otvoreno srce u tome vidi sjajan smisao trenutka – i spremno otvara dlanove. Jedan maleni smisao trenutka odjednom širi krila i postaje velika osmišljena akcija koja će otvoriti još mnoge, mnoge dlanove.

U Logosovu dobrotvornu akciju pod nazivom Smisao darivanja uključilo se u razdoblju od 1. do 15. prosinca 2016. godine mnoštvo znanih i neznanih ljudi dobre volje, meka srca i čvrste vjere da zahvaljujući njihovim dobrim djelima svijet danomice postaje ljepšim i pravednijim.

Akcija je pokrenuta kako bi se prije božićnih blagdana prikupile igračke za djecu Breznice Đakovačke i ostalih sela Levanjske Varoši pogođenih neimaštinom.

Zajedničkim snagama prikupljeno je toliko igračaka da je njima ispunjen oveći kombi koji je 17. prosinca, nakon višesatne vožnje dugom sivom cestom koja se protezala ispod jednako sivog neba, na svoje daleko odredište u Đakovštini stigao točno u onom času kad su sunčeve zrake razderale tmurni nebeski pokrov i napokon pozlatile slikoviti slavonski krajolik. I nebesa, očito, nepogrešivo znaju prepoznati smisao trenutka.



Udruga LOGOS u dobrotvornoj akciji Smisao darivanja

Levanjska Varoš, 17.12. 2016.




Posebne zahvale za zasluge u ovoj akciji pripadaju:

- Cvijeti Pahljini koja je vlastiti stan nesebično pretvorila u privremeno skladište igračaka i dragovoljno se odrekla nemalog iznosa kako bi podmirila troškove njihova prijevoza u Slavoniju te povratka organizatora akcije u Zagreb;
- Barbari Pahljini koja je igračke prevozila, utovarivala, pregledavala, istovarivala i dostavila na odredište, ali i marljivo povezivala sve glavne sudionike akcije;
- Sergiju Dražiću koji je, pored istovarivanja i utovarivanja igračaka, nabavio kombi i sigurno sve prevezao u oba smjera;

- Tomislavu Sariću koji je u kasne noćne sate pripremao web stranicu namijenjenu ovoj akciji i elektroničkom poštom slao obavijesti o njoj;
- Vedrani Nucak, Maji Mulović i Josipu Biočiću koji su se u "5 do 12", bez oklijevanja, prihvatili posla akcijskih povjerenika;
- vlč. Miri Tomasu koji nas je dočekaao, okrijepio osvježavajućim pićima i kolačima, preuzevši igračke i obvezu njihova dijeljenja djeci iz sedam sela Levanjske Varoši;

SMISAO DARIVANJA

- ljubaznim sestrama karmelićankama iz Karmela svetog Josipa u Breznici Đakovačkoj koje su nas ugostile i počastile ručkom;
- Barbarinoj dražesnoj pudlici Luni koja nam je na putu pravila društvo i zračila dobrim raspoloženjem;
- maloj Gabi i njezinoj teti Ivoni koje su nam uz igračke poslale dirljivo pismo sa srčekima;
- učenicima 4. A razreda Osnovne škole dr. Vinka Žganca iz Kozari Boka te njihovoj razrednici Snježani Duić, koji su izradili veliki plakat na koji su uz poruke za djecu zalijepili i svoje fotografije s darovanim igračkama;
- svim ovdje neimenovanim i neznanim junacima koji su nam, na razne načine saznajući za akciju, slali igračke, odjeću i obuću. 



Drago Darko! U ime Udruge 'LOGOS' i uredništva časopisa 'Logosfera' zahvaljujem ti na ovoj vrijednoj inicijativi koja nas je sve potakla da potražimo ono dobro u sebi te da se aktivno uključimo kako bi razveselili djecu u Slavoniji. Ta nas je zajednička akcija još više povezala, a pružila nam je i priliku za stvaranje nekih novih poznanstava. Zajedno smo mogli iskusiti ono što nas Viktor Frankl i logoterapija uče, a to je - da sreća dolazi kada iz ljubavi prema nekome ili nečemu činimo nešto dobro.

Ujedno, koristim priliku da ti zahvalim što si, na neki način, kum našem časopisu 'Logosfera', jer si upravo ti osmislio to ime.

Zahvaljujem ti i na tvom vrijednom doprinosu radu naše Udruge 'LOGOS'. Teško je nabrojati gdje si sve sudjelovao i što sve činiš u našoj logoterapeutskoj zajednici, ali hvala ti što se možemo s puno povjerenja na tebe osloniti. Spremno se i s puno srčanosti uključuješ u sve projekte kao i u sve one zadaće koje se pojave kao nešto što treba obaviti.

Hvala ti na tvojoj ljubavi, toplini, strpljivosti i mudrosti kojima zračiš. Svi mi koji te okružujemo učimo iz toga. Učimo kako se može s puno ljubavi, u tišini i nenametljivo činiti nešto dobro. Doista si nam dragocjen i ponosni smo, što te znamo i što te imamo u svojim redovima. Još jednom, od srca ti hvala!


S poštovanjem, Barbara Pahljina

ZAVRŠENA AUTOBIOGRAFSKA GODINA SKUPINE CRO-B

Piše: Maja MULOVIĆ

Kada smo se otisnuli na putovanje tijekom studija Logoterapije, nismo ni slutili koliko čovjek u sebi skriva smisla. Svaki korak bio je znak nezaustavljive volje za smislom. Sve što smo učili duboko ostaje u nama, ali ne samo nama, nego svim ljudima koji će biti poslani nama u život. Autobiografska godina bila je mogućnost pronalaska puta bliže sebi, vođena upoznavanjem naših predaka kroz slike i njihove živote kao spomenike da su postojali, preko djetinjstva, školovanja, do današnjih dana. Pisanjem sam shvatila sam da je mnogo stvari nemoguće mijenjati, no vidjeti što nas je ta prošlost naučila neopisivo je blago koje se proteže na drugi dio autobiografije – kraljevstvo mogućnosti koji nam je zadavao mnoge glavobolje.

Kada bismo dolazili na grupu nosili bismo sa sobom svoje bilješke, no često ono što smo napisali nismo izrekli jer se taj smisao nametao iz trenutka u trenutak. Bio je naprosto neuhvatljiv. Sjećam se s koliko je ponosa naša Cvijeta strpljivo slušala kada bi iznosili svoje životne priče. To su bila druženja s kojih bismo odlazili otereceni od nas samih, s osmjehom na licu. Kako se bližilo vrijeme diplomiranja, shvatili smo da smo sve ono napisamo u bilježnicama i što smo nosili sa sobom, mogli smo uvijek izreći na noviji način i nikada nam nije bilo dovoljno dobro izrečeno ili napisano - zbog živoga tkiva naše autobiografije.

Ohrabreni za budućnost obasjani novim svjetlom onoga što dolazi, diplomirali smo 29. siječnja 2017. godine u zagrebačkom hotelu Panorama. 



Logosmjerka

I K Ć G J Š K F I L P O S K A
Č S M J Š G R A Z R A T A K Ć
A F I R P J Ž F F L S R L H K
L C P H I L V F J O C A Š A B
E O R Ć N T O V N G R O Z I C
K U S K A L I R I I A C I J A
R S L Č H D O O F I B M Z Š D
O S O J J V J I S F Č R O A N
V K B I O U K I O A S Z Č Č U
A Š O G D A Ž Ć G R V I Š S Š
Z K D O C T Č A O R O J F Č K
N O A I Č A Š T S Ć Š E E H T
U T J F L G Ć V A R F R P S Ž
M A L S A J V E D T Č M I C T
S R E G O K I N U F O S P A K

Pronađite i zaokružite sljedeće pojmove:

KATARZA
KLARIFIKACIJA
ODGOVORNOST
SAVJEST
SLOBODA

Premetaljke

UREZANO
===== / =====
MORA SE ISTAKNUT'

Kviz

Grad Beč svjetska je prijestolnica psihoterapije. Koliko znate o njemu?

(Svako pitanje ima samo jedan točan odgovor. Zaokružite slovo ispred njega.)

- Beč su prije 2500 godina izgradili:**
a) Rimljani, b) Gali, c) Kelti
- Prvo njegovo ime koje povijest pamti glasilo je:**
a) Vindobona, b) Winchester, c) Fionna
- Beč je podijeljen na okruge, kojih ukupno ima:**
a) 9, b) 18, c) 23
- Bečko sveučilište, na kojemu su se školovali i brojni hrvatski intelektualci, utemeljeno je godine:**
a) 1161., b) 1365., c) 1602.
- Idejni začetnici tri glasovite bečke škole psihoterapije bili su:**
a) Freud, Jung, Frankl, b) Freud, Adler, Frankl, c) Adler, Jung, Frankl

Rješenja premetaljki: 1. NEUROZA, 2. SMISAO TRENUTKA
Točni odgovori kviza: 1c, 2a, 3c, 4b, 5b

Osmislio: Darko Beljan

TREĆI MEĐUNARODNI KONGRES LOGOTERAPIJE

Zagreb, 09. i 10. lipnja 2017.

NAZIV

Društvo nije zdravo, ali je ozdravljivo

TEMA

Život
u svojoj raznolikosti

Organizatori: Hrvatska udruga za logoterapiju Logos i
Hrvatsko psihijatrijsko društvo - HPD

info: www.logoterapija.com & facebook.com/logoterapija

Poštovani,

već četvrtu godinu organiziramo simpozij/kongres slijedeći vlastiti osjećaj odgovornosti za društvo u kome živimo, "društvo, koje nije zdravo, ali je ozdravljivo" (Viktor Frankl). Unutar tog okvira smo se propitali kolika je naša pojedinačna odgovornost, što činimo sa savješću i slobodom koju imamo? Je li je to za nas samo deklarativno pravo ispisano nekim pravilima ili nešto više? Što nam o svemu tome govori naša savjest, te kolika je moć ljubavi?

Ovogodišnji kongres će unutar istog okvira, dakle, teze Viktora Frankla da "društvo nije zdravo, ali je ozdravljivo" usmjeriti pažnju prema životu. Život u svojoj raznolikosti je sadašnje, prošlo i buduće vrijeme svega živoga, svega stvorenoga.

Čovjek kao vrhunac kreacije je istovremeno upravo radi toga postavljen da bude odgovoran gospodar života i čitavog planeta.

Kongres će se baviti životom čovjeka prateći ga od začeca preko intrauterinog razdoblja. Preživljavajući s njime razvojne faze sve do dragocjenih posljednjih trenutaka životnog putovanja, tražit ćemo odgovore na pitanja misterija našeg postanka, našeg postojanja i naše konačnosti. Kakvi smo kao gospodari žive i nežive prirode i cijelog našeg prekrasnog planeta?

Od predavanja eminentnih stručnjaka do radionica i kulturnog programa sadržaj će slijediti logoterapijsku misao koja ističe da ćemo ako želimo otkrivati slabosti, iste naći u velikom broju, ali da se sami zbog toga nećemo osjećati bolje. Međutim, ako budemo tražili dobro, naći ćemo i toga vrlo mnogo, što neće povećati količinu dobra, ali će nas sve zajedno ohrabriti i pobuditi nadu da je moguće usprkos svemu činiti dobro i pretvarati naš prekrasan planet u dobro mjesto za život.

Pozivamo Vas da svojim sudjelovanjem pridonese širenju osnovne ideje kongresa.

Za programski i organizacijski odbor:

Cvijeta Pahljina, dr. med. spec. psihijatar
logoterapeut

LOGOS

HRVATSKA UDRUGA ZA LOGOTERAPIJU

Na stolu leže dva kamenčića; jedan tamni i jedan bijeli. Tamni kamenčić je sa zavišću gledao u bijeli, u njegovu ljepotu, izražajnost, neodoljivost. Imao je osjećaj da bijeli kamenčić može postići sve u životu, da su mu sva vrata otvorena i da svugdje može pripadati. Jednog dana odluči se tamni kamenčić obratiti bijelom.

- Tvoja ljepota je neizmjerena – reče tamni kamenčić.

- Hvala ti, svjestan sam svoje ljepote.

- Izniman si! – nastavi tamni sipati komplimente.

- Hvala ti, nadam se da ću opravdati sva tvoja viđenja – uzvрати bijeli iskreno.

- Volio bih jednoga dana biti poput tebe; svima uočljiv, lijep, privlačan, svrsishodan – rastuži se tamni kamenčić.

- Hm, mislim da si ti lijep na svoj, a ja na svoj način – odgovori mu mjerkajući ga.

- Uistinu to misliš? Ne znam, ja mislim da sam slučajno na ovom stolu. Uopće ne znam zašto sam stvoren i čemu služim – još se više rastuži.

- Možda bi se trebao strpjeti. Uostalom, odgovore dobivamo uvijek u nekom neočekivanom trenutku. Ponekad na kraju, kad nam se čini da više ništa nema smisla – utješi ga bijeli. Zapravo, ja sam ovdje duže nego ti. Ti si nedavno stigao, ja i ne pamtim otkad sam ovdje, a bilo nas je puno na ovom stolu, ponekad smo svi bili isti, bilo je i šarenih kamenčića različitih boja.

- Onda ni tebi nije lako kad si tako dugo ovdje i čekaš? – upita se tamni više za sebe.

- I jest i nije – lakonski mu odgovori.

- Meni se čini da je meni najteže, no mislio sam da je tebi, zato što si tako lijep i poželjan, daleko lakše.

- Sve je stvar kuta iz kojega gledaš.

- Na primjer? – zainteresira se tamni.

- Mislim da bi mi bilo daleko teže da se nisam našao baš na ovom mjestu u ovo vrijeme. Možda sam baš tu i toliko čekam da me netko prepozna zato da bih sada mogao s tobom razgovarati i svjedočiti ti o svom životu.

- Ti imaš puno toga za reći, a ja tako malo – snuždi se opet tamni.

- Svatko stvara svoju priču. Nekim pričama je dovoljna jedna rečenica da bi prenijele smisao, a neke trebaju riječi koliko je zvijezda na nebu.

- Da, a što ako moja priča ima samo jednu rečenicu? – preplaši se tamni.

- Onda ćeš biti blagoslovljen brzim odgovorom i lišen dugog čekanja kao ja – nasmiješi se bijeli.

Odjednom se nad njima pojavi ruka čiji su prsti titrali poput vrbe na vjetru. Prsti uhvate bijeli kamenčić i odnesu ga od tamnog.

- Znao sam – zasuzi tamni. Sada ću ostati sam i nikada neću saznati koliko sam važan ovom svijetu kojem pripadam.

Ni sekundu kasnije, iako se njemu činilo kao vječnost, prsti stignu po njega. Nježno ga podignu i prenesu prema velikoj slici Mona Lise. S vrata te žene domahne mu bijeli kamenčić koji se utopio u bjelini drugih kamenčića. Tamni se odmah poboja da on neće nigdje i nikome pripadati. Prsti se zaustave i stanu ga spuštati na prazno mjesto mozaika. Tek tad, na kraju puta, otkrio je svrhu svoga postojanja: postao je okom u mozaiku najljepše slike na svijetu. Iako nije ni slutio koliku važnost ima, u dizajnu velikog Umjetnika on je dobio najvažnije mjesto. Mjesto kojim je postao okom, izražajnim i prepunim života za koji je mislio da više neće postojati.

Autor: Krešimir Butković

“Ljubav nije zasluga, već milost.”

Liječnik i duša, Viktor Frankl