

V premislek:

»Ne jezi se,
da ima rožni grm trnje –
raje se veseli,
da trnjev grm
krasijo vrtnice.«
(Arabski pregovor)

Elisabeth Lukas: Zapisi mojega učitelja, dunajskega psihiatra in nevrologa Viktorja E. Frankla, že več desetletij sodijo med uspešnice. Vendar jih danes nenadoma prebiramo z razplamtelim novim razumevanjem. V 30. in 40. letih preteklega stoletja, v času, ko je Frankl zasnoval večino vsebin svojih znanstvenih razprav, je namreč obstajala določena podobnost z današnjimi grozotami. Takrat teh seveda ni povzročal eksplozivno razširjajoči se virus, je pa ljudi stiskala gospodarska kriza, grobove pa so polnili blaznost antisemitizma, fanatizem in ščuvanje k bojevanju. Frankl je svoje bralce spomnil na neodtujljivo človekovo dostojanstvo in jim ponudil napotke za duševno in duhovno zmožnost preživetja v tragedijah.

Tudi pandemija korone je človeško družbo soočila z nepričakovano alarmantnimi problemi. Vsekakor je vsesvetovni

skupni sovražnik nekaj novega. Prej smo se delili na »naše« (tj. domnevno dobre) in »vaše« (tj. domnevno hudobne). Danes smo tako »naši kot vaši« izpostavljeni nevarnim grožnjam. To, da smo »naši«, nas (nič več) ne varuje, »vaši« pa tudi niso nič na boljšem. Vsem zbuja tesnoben občutek negotovosti. Zdi se, da se nam majejo tla pod nogami. Se naša notranjost lahko česa oprime? Polistajmo pri Franklu.

Kadar se je treba spoprijeti s hujšim udarcem usode, nam psihoterapija priporoča: »Usmeri svoje misli – ne na udarec usode, pač pa na še razpoložljive vire. Zberi jih in jih poveži v sveženj moči.«

Upoštevajmo ta nasvet. V Srednji Evropi imamo za seboj dobrih 70 čudovitih let. To so bila leta brez resnejših katastrof, brez hujših obdobij lakote, brez divjanja vojn, brez preganjanj ipd. Kljub vsem nihanjem torej *leta blaginje*. Pri nas so se zvišale raven izobrazbe, lastnine in pričakovana življenjska doba. Sedanje razmere nas opominjajo, da *smo lahko za to globoko hvaležni*, in v nas znova budijo zavedanje, da nič od tega ni (bilo) samoumevno. Sicer smo imeli vse to shranjeno v nekem kotičku možganov, zlasti ob pogledu na številna vojna območja, na najrevnejše predele Zemlje, pa tudi na lastno zgodovino prve polovice preteklega stoletja. Vendar na to pogosto pozabljamo – zdaj pa smo se tega spet hipoma zavedeli. A dejstvo je, da človeško življenje – tako življenje posameznika kakor skupnosti – nenehno visi na nitki.

Prav nič narobe ne bi bilo, ko bi hvaležnost razširili tudi na sedanost. Kajti celo v tako neprijetnih razmerah, kakor so sedanje, v našem življenju obstajajo svetle točke in iskrice upanja. Imamo trdne vlade, materialne zaloge, delujoče zdravstvene sisteme, cvetoče kmetijstvo in visok tehnični standard – najboljša izhodišča, da si bomo že v bližnji prihodnosti lahko opomogli. Dosti boljša izhodišča, kakor so bila na voljo leta 1945.

S tem ne želim ničesar olepševati (in si zatiskati oči pred nepravilnostmi, ki žal tudi pri nas obstajajo), reči želim samo, da ima resničnost vselej več plati. Enako res je na primer, da lahko zaradi epidemije umremo, kakor je res, da lahko po vsaki bolezni okrevalo. Zato je prav, da upoštevamo oboje. Res je, da se ljudje v krizi, kakršna je sedanja, odzivajo izzi-valno-napadalno in otopelo-depresivno, res pa je tudi, da ljudje v njej rastejo, postajajo prilagodljivi in ustvarjalni ter celo napredujejo v modrosti in moralnosti.

Frankl nam je zapustil osupljive besede, da so jetniki v koncentracijskih taboriščih »postali bodisi svinje bodisi svetniki«. Nekateri so svojim izčrpanim sojetnikom ukradli zadnji grižljaj kruha, nekateri pa so jim podarili lastni dnevni obrok. S tem je Frankl potrdil izkušnjo, da se človek v akutnih mejnih razmerah upogne in spremeni. V skrajni bolečini se navzven izkristalizira jedro človeškosti. Široka paleta možnih izbir pa sega od izgubljanja živcev in besnenja do

najzlahtnejše velikodušnosti in del usmiljene ljubezni. Vendar se vse to ne dogaja samodejno, saj nismo vnaprej programirani avtomati. Ko razmere postanejo resne, pobuda o tem, v katero smer se bomo spremenili, navsezadnje izhaja iz naše volje in zgolj samo naše osebne odločitve.

Tudi med pandemijo lahko najdemo tako »svinje« kot »svetnike«. Eni bogatijo na račun spletnih prevar, tako da naplahtajo, ogoljufajo in okradejo, kogar le morejo. Drugi pa razpirajo malone angelska krila nad tistimi, ki potrebujejo pomoč. Zato premislimo, preden se odločimo: *Nič nas ne more prisiliti k odločitvi v eno ali drugo smer. Tudi še tako mogočen virus ne.*

Slišali smo že misel, ki jo radi uporabimo, da se v krizi pogosto skriva priložnost. A v čem je pravzaprav ta priložnost? Pri krizah se praviloma očitno pokaže nekaj, *kar že pred nastopom krize ni bilo v redu.* Skladno s priljubljenim reklamom, da ima vsak greh dolgo senco, se vse te sence enkrat nagrmdijo v krizo. Priložnost je torej v tem, da pregledamo »grehe« in v prihodnje preprečimo njihove sence. V medicini vam lahko zdravniki zrecitirajo pesmico o tem, kakšne so posledice hitre prehrane, kajenja, pomanjkanja gibanja itn. Tudi v psihoterapiji poznam celo vrsto »grehov«, ki mečejo dolge sence. Na primer, če je kdo zelo odvisen od druge osebe in njene naklonjenosti, potem pa te druge osebe na vsem lepem ni več. Ali pa kdo živi samo za svoj poklic, ki

ga nenadoma ne more več opravljati. Ali se kdo do svojih podrejenih vede nadvse vzvišeno in ošabno, naenkrat pa je odvisen od njihove lojalnosti. Krize, ki se iz vsega tega porajajo, ponujajo *izgubljanje kakovosti in pridobivanje naukov*. Življenje postaja neprijetnejše, vendar pa oseba (upajmo) postaja modrejša.

Kaj vse bi lahko našteli, ko bi se zdaj vprašali o grehih človeštva pred sedanjo raznoterostjo kriz? Verjetno gospodarsko rast za vsako ceno, večanje razkoraka med revnimi in bogatimi, iz različnih razlogov vse prevelika rast prebivalstva v številnih delih sveta, človekovo neusmiljeno izkoriščanje narave, monopol oblasti denarja ipd.: senc je več kot dovolj! In česa bi se iz tega lahko naučili? Mogoče zavestne države pristne skromnosti? Ne le glede gmotne nenasitnosti bogatejših slojev prebivalstva. Tudi bolj splošno, glede zahtev, zaverovanosti v svoj prav, občutka lastne večvrednosti, ki se nikakor ne ujemajo s stanjem naše vrste. Dovoljujem si trditi, da je priložnost naše dobe najbrž v tem, da se izurimo v novi skromnosti. Seveda bi se npr. naši vinarji in proizvajalci pijač zgrozili, ko bi kdo izjavil, da lahko namesto vina in sladkih limonad ob hrani pijemo tudi svežo vodo iz pipe. Lastniki kozmetičnih in lepotilnih salonov bi se zgrozili, ko bi kdo ugotovil, da lahko tudi z gubicami na obrazu in nepobarvanimi lasmi čisto lepo živimo. Gradbinci bi se zgrozili, ko bi kdo izjavil, da so za manjše družine povsem do-

volj tudi manjša stanovanja. Predstavniki avtomobilske panoge bi se zgrozili, ko bi kdo namignil, da skoraj nihče ne potrebuje čedalje večjega in močnejšega vozila. Dosti laže je namreč skočiti na vrtiljak, ko se vrtiljak počasi, kakor takrat, ko se vrtiljak čedalje hitreje, z njega izskočiti. Pandemija tako rekoč vodi k prisilnemu izskoku, ki je sicer lahko precej boleč, vendar – dokazano – mogoč. Malone nebrzdano, prvenstveno količinsko rast je vendar še mogoče ustaviti, preden se sesuje sama vase. Raziskovalci prihodnosti namreč že dolgo svarijo pred nebrzdano rastjo prebivalstva in gospodarske rasti na planetu, ki sam ne raste skupaj s tem.