

Stav núdze v zdravotníctve USA?

V nadväznosti na posledné spomenuté heslo sa chcem viac zaoberať Franklovými názormi na dôležitú tému – radosť. Každý človek sa chce radowať. Bez radosti je život pústy, márnny a prázdny. Priemerný občan si dokonca myslí, že v živote je potrebné väčšmi túžiť po radosť než po zmysle. A nezriedka je presvedčený, že ak má dosť peňazí, môže si všetko kúpiť, teda aj radosť. Priemerní občania majú vo všeobecnosti citlivé vnímanie toho, čo je správne, no vo vzťahu k radosť upadajú do čoraz hlbšieho omylu. Franklove diela by im vedeli pomôcť pri jeho odhalení, no väčšina ľudí nepatrí k vášnivým čitateľom. Sú zvyknutí ťukať do klávesnice a hľadať na obrazovku, nechávajú si servírovať vopred pripravené myšlienkové modely, ktoré prevezmú, pretože sú jednoduché. O čo komplexnejšie sú myšlienkové systémy, o to sú neprehľadnejšie, a na konci prívalu informácií čaká väčšinou nepríjemný pocit hlúposti.

Práve „poslušný priemerní občania“ pykajú za svoje mylné presvedčenie o radosť. Platí predsa, že radosť v živote sa nedá chytiť

ani kúpiť. Nič ju neodplaší väčšmi, ako keď sa ju snažíme vynútiť. Radosť príde k človeku celkom sama – alebo nepríde. Objaví sa nepozorovane a neraz prekvapí. Je však pozoruhodné, že sa môže vyskytnúť i v ťažkých životných podmienkach a nemusí ju zažívať človek, ktorý žije v pohodlí. Vôbec nedovoľí, aby sa s ňou obchodovalo, a to v najpravdivejšom zmysle slova: akýkoľvek obchod s produktom radosť je vopred odsúdený na zánik a neúspech.

V našom svete plnom extrémov pozorujú ustarostení vedci a lekári takéto masové zlyhania v USA. Trh s povzbudzujúcimi pilulkami šťastia a opiátmi znižujúcimi bolesť zažíva rozmach, no namiesto raketového nárastu počtu šťastných ľudí v spoločnosti rapídne stúpa počet mŕtvych v dôsledku užívania drog. Úrady bijú na poplach a prezident ohlásil mimoriadny núdzový stav v oblasti zdravotníctva. Horúčkovito sa premýšľa, ako sa postaviť zoči-voči tejto „epidémii“.

Nepochybne ide o viacvrstvový problém, ktorý však smeruje k jednoduchému cieľu: vytvárať radosť a utlmovaním znižovať utrpenie spôsobené jej nedostatkom. Ibaže tak to nefunguje, radosť sa nedá umelo vyprodukovať. Mnohí konzumenti sa však uspokojia so skutočnosťou, že je ľahké nájsť spôsoby, ako potlačiť prežívané utrpenie. Keď nestačí

odpútať sa od neradostného a nešťastného života obžerstvom, počítačovými hrami, divokou a rýchlou jazdou, sexuálnymi výstrednosťami, pomôže alkohol, heroín alebo najnovšie trháky fentanyl a oxykodón.

Existuje na túto „epidémiu“ účinný liek? U Frankla nájdeme odkaz, kam smerovať: platí, že treba prísť na stopu radosti. Radosti, ktorá prichádza sama od seba, prekvapí nás a dokáže pozlátiť život sprevádzaný ťažkosťami. Je oddanou družkou zmyslu. Všade, kde sa život orientuje na zmysel, je radosť častým hosťom. Osoby, ktoré vidia hlboký zmysel vo svojom konaní, sa tešia z každodenných aktivít. Osoby, ktoré sa obetavo angažujú v prospech svojej rodiny, sa tešia z pokrokov svojich drahých. Osoby, ktoré vášnivo rady podnikajú túry, majstrujú, spievajú, cvičia psy, vytvárajú albumy s fotografiami, píšú básne... sa tešia zo svojich kontaktov s prírodou či kultúrou. Osoby, ktoré sa odvážne zasadzujú v sociálnej oblasti, sa tešia z každého malého úspechu. Aj osoby, ktoré dôstojne pristupujú k chorobe, strate alebo utrpeniu, majú radosť z mnohých drobností. Nie všetci sklznú do smutného, neradostného stavu, dokonca ani vtedy nie, keď dochádza k zmene. Kto sa vie orientovať podľa zmyslu aktuálnej situácie, ten to dokáže aj v zložitých životných okolnostiach. Ne-

potrebuje duševný alebo psychický doping, lebo v ňom funguje „nezlomnosť ducha“, ktorá – ako zdôrazňuje Frankl – patrí k špecifickej ľudskej výbave. Keď sa dosiahne hranica nepoddajnosti, môže človek orientovaný na zmysel urobiť ešte jedno: podujme sa na najväčší a najvznešenejší ľudský počin, aký existuje – zmieri sa s nezvratným. Potom aj k nemu neraz príde po špičkách radosť.

Odborníci z rôznych odborov si teraz lámú hlavu, ako postupovať pri diagnostikovanom núdzovom stave v americkom zdravotníctve – preventívne aj liečebne. Vhodné programy naliehavo hľadajú aj iné krajiny, veď je známe, že USA zohráva priekopnícku úlohu v dobrom i v zlom. Čo teda môže programovo ponúknuť logoterapia? Je zrejme, že zlepšenie sa dá dosiahnuť len súčinnosťou viacerých liečebných faktorov. Ako bývalá Franklova žiačka chcem zdôrazniť logoterapeutický liečebný faktor. Ide o naštartovanie reťazovej reakcie medzi zintenzívneným osobným hľadaním zmyslu a zažívanou radosťou.

Mnohé odborné štúdie, ktoré sa zaoberajú situáciou v Spojených štátoch amerických, poukazujú na to, že ľudia všetkých vekových skupín majú primalú perspektívu do budúcnosti: sú bez práce alebo úplne prepracovaní, málokedy ich niekto pochváli alebo im

vyjadrí uznanie, často nemajú zázemie v rodine či tam, kde žijú, a ak sú chorí, nemôžu si dovoliť primeranú zdravotnú starostlivosť a nikto si nevypočuje ich zdravotné problémy. Bez ohľadu na to, ako beznádejne vyzerá ich situácia, nie sú len obeťami nepodareného systému! Mali by sme ich povzbudiť, aby zobrali osud do vlastných rúk a každý deň sa na okamih zamysleli: *Čo mám robiť, aby to malo zmysel? A čo má zmysel zanechať, nevenovať sa tomu? Má azda zmysel vytrvalo sa obzerať po nejakom zamestnaní? Vzdelávať sa popri ňom? Malo by zmysel cvičiť si sebadisciplínu v práci, aby som sa priveľmi nevyčerpával? Alebo zostať motivovaný aj bez vonkajšej spätnej väzby? Malo by zmysel presedlať na jednoduchý, asketický životný štýl, aby som si udržal kondíciu alebo ju získal späť? Malo by zmysel vylepšiť vzťahy s príbuznými a známymi?*

Kto v tichom a úprimnom rozhovore so sebou hľadá zmysel, ten ho určite nájde. A keď si nájdený zmysel zvolí za hviezdu, čo ho bude viesť, dokáže pristupovať k životným výzvam s posilneným vedomím. Začne realizovať hodnoty a obohacovať tak svoj život. Radosť ho bude navštevovať čoraz častejšie. Kto v takejto situácii siahne po povzbudzujúcich prostriedkoch? Kto ešte bude hľadať rozptýlenie? Lebo uvedomovanie si hodnôt je protiváhou potláčania toho, s čím si v sebe

nevieme rady. Samozrejme, môžeme namietat, že niektoré osoby sú už v priveľmi nestabilnom štádiu na to, aby sa vydali na dobrodružnú cestu hľadania zmyslu. Skrátka nikdy nezažili impulzy alebo príklady, ako by sa to dalo uskutočniť. Iní zasa nerozoznávajú najvnútornejší hlas svedomia alebo sa dostali na šikmú plochu, kde zablúdili ako v labyrinte. Ich pôvodná „vôľa k zmyslu“ je zasypaná. Ich sloboda sa zmenšila. Svoju najhlbšiu ľudskú duchovnosť však nestratili, nemôžu ju stratiť. Zárukou je pre nich skutočnosť, že sú ľuďmi, a preto existuje aj pre nich nádej bez obmedzení. Potrebujú kompetentnú a starostlivú pomoc, logoterapeutickú pomoc, povedala by som. Potrebujú sprievodcu, ktorý ich vyzdvihne v labyrinte a presvedčí ich, že jestvuje cesta von. Nieкого, kto s nimi vyskúša nové možnosti, predstaví im nový životný priestor, podporí ich pri koncipovaní životných vízií a plánov a celkovo podnieti ich chuť vydať sa na cestu dobrodružstva pri hľadaní zmyslu. Je to však aj niekto, kto ich neprestajne usmerňuje a podporuje, aby vydržali nevyhnutný čas v bolestivých situáciách pre zmysluplné ciele, ktoré si chcú určiť a ktoré sa nedajú dosiahnuť bez toho, aby sa niečoho vzdali. Ako už vieme, odpovede na otázky týkajúce sa zmyslu vôbec nie sú príjemné. Napriek tomu sú hodné toho, aby sme