

kých výkyvoch to boli roky blahobytu. Zvýšila sa úroveň vzdelania, navýšil sa náš majetok a narástla priemerná dĺžka života. Súčasná situácia nám pripomína, aby sme za to boli veľmi ťažní a aby sme nezabúdali, že nič z toho nebolo a ani nie je samozrejmé. My však zabúdame. Spomenieme si na to často až vtedy, keď hľadáme na niektoré vojnové oblasti a regióny postihnuté biedou alebo na vlastné dejiny v prvej polovici minulého storočia. Faktom však zostáva, že ľudský život, individuálny aj kolektívny, visí na tenkej nitke.

Bolo by správne, ak by sme svoju úľalosť rozšírili dokonca na súčasnosť. Pretože aj v povážlivej situácii, v ktorej sa práve nachádzame, zažívame záblesky svetla a nádeje. Máme materiálne rezervy, funkčný zdravotnícky systém, dostatok potravín a vysoký technický štandard – najlepšie predpoklady, aby sme sa v blízkej budúcnosti opäť postavili na nohy. Nepochybne lepšie predpoklady, aké boli po ukončení druhej svetovej vojny v roku 1945. Týmto vyjadrením nechcem nič okrášľiť a vylúčiť nedostatky, ktoré tu, žiaľ, máme. Chcem len povedať, že realita nám jednoducho ukazuje viaceré možnosti. Je napríklad pravdivé, že na epidémiu sa dá zomrieť, no pravdou je aj to, že sa môžeme z choroby uzdraviť. Preto treba mať pred očami oba varianty. Taktiež je pravdivé, že ľudia v kríze, akou je tá súčasná, reagujú provokatívno-agresívne alebo letargicko-depresívne, ako je aj pravdou, že ľudia počas krízy

rastú, stávajú sa flexibilnými a kreatívnymi a dokonca sa prehĺbuje ich rozumové vnímanie a morálka.

Od profesora Frankla sa zachovali pamätné slová o väzňoch v koncentračných táboroch, ktorí „sa stali sviňami alebo svätými“. Niektorí ukradli svojim živoriaciom spoluväzňom posledný kúsok chleba a niektorí im darovali svoj denný prídel. Pre Frankla to bolo potvrdením skúsenosti, že človek sa v kritických, hraničných situáciách poddáva a mení. *Pod farchon bolesť sa kryštalizuje jadro osoby.* A paleta reakcií, ktorá je k dispozícii, siaha od prekrúcania a zúrivosti až po obdivuhodnú šľachetnosť a dobročinné skutky. Toto sa však nedeje samo od seba, nie sme predsa naprogramované automaty. V konečnom dôsledku ide o našu vôľu a naše rozhodnutie, ktoré – keď ide do tuhého – sú pre nás impulzom, akým spôsobom sa zmeníme.

Aj pri pandémie sa všade stretávame so „sviňami“ a „svätcami“. Jedni sa obohacujú, napríklad, internetovou kriminalitou, tým že klamú, podvádzajú a okradnú každého, kto im na ich klamstvá naletí. Tí druhí roziahnu priam anjelské krídla nad núdzovými, ktorí potrebujú pomoc. Popremýšľajme preto pred našim rozhodnutím: *Nič nás nenúti, aby sme sa rozhodli pre jedno alebo druhé. Ani silný vírus nie.*

Už sme spomenuli častý výrok, že v kríze sa teľa ráz akryou šanca. V čom však táto šanca vlastne spočíva? Kríza nám spravidla odhalí niečo,

čo už pred jej začiatkom nebolo v poriadku. Podľa známeho motto „Staré hriechy vrhajú dlhé tieň“ sa počas krízy, takpovediac, nahromadia tieto tieň. Príležitosť potom spočíva v revízií hriechov, čím sa v budúcnosti zabráni ich tieňom. V medicíne by o nich vedeli lekári rozprávať: nesprávne stravovanie, fajčenie, nedostatok pohybu. Aj v psychoterapii poznáme celé množstvo hriechov vrhajúcich tieň. Napríklad niekto sa stane závislý od inej osoby a jej pozornosti a zrazu nie je daná osoba k dispozícii. Alebo niekto sa bezhranične venuje svojej práci a v istom okamihu ju už nemôže ďalej vykonávať. Alebo niekto sa správa ku svojim podriadeným veľmi nadradene a namyslene a náhle je odkázaný na ich lojalitu. Krízy vychádzajúce z typovo takýchto situácií prinášajú síce *stratu kvality života, ale aj priesto* na poučenie. Život sa stane nepríjemnejším, ale osoba, dúfajme, múdrejšia.

Ak by sme sa pýtali na hriechy ľudstva pred súčasnými rôznymi krízami, čo všetko by sme vymenovali? Pravdepodobne hospodársky rast za každú cenu, stále roztváranie nožnic medzi chudobnými a bohatými, nemilosrdné vykorisťovanie človeka a prírody, mocenský monopol financií. Tieňov je dostatok! Čo môže byť ponaučením? Aké by to bolo s nevidanou skromnosťou, ktorú by sme si sami nariadenovali? Nielen v súvislosti s materiálnou nenasýtenosťou bohatších vrstiev spoločnosti. Ale aj všeobecne vzhľadom na nároky, neústupčivosť, odsu-

dzovanie a vlastnú nadutosť, ktorá vôbec nepridáva na dôstojnosti človeka.

Tvrdím, že čas pandémie by nás mal podnietiť k cvičeniu sa v novej skromnosti. Samozrejme by boli v našich krajinách, napríklad, vinári a výrobcovia nápojov znechutení, ak by sa povedalo, že namiesto vína a sladkých limonád by sa mala piť počas stolovania iba čerstvá voda. Vlastníci klinik plastickej chirurgie či salónov krásy by boli namrzení, ak by sme tvrdili, že sa dá radosť žiť aj s vráskami na tvári a nezafarbenými vlasmi. Predajcovia nehnuteľností by boli rozladení, ak by sme propagovali, že pre malé rodiny úplne stačia aj menšie byty. Zástupcov automobiliek by tiež netešilo, ak by sme poukázali na to, že takmer nikto nepotrebuje stále nové, väčšie a silnejšie auto.

Futuroológovia už dlhšie bijú na poplach a upozorňujú na celosvetovú hospodársku expanziu na našej planéte, ktorá sa nestačí regenerovať a ani sa nezväčšuje. Pandémia môže pomôcť k zoskoku z rozbehnutého vlaku silne konzumnej spoločnosti v mnohých rozvinutých krajinách. Zoskok by spôsobil niekoľko pomliaždení, ale potvrdil by, že to ide: skôr ako by sa svet nezvratne zničil, by sa predsa len dal zastaviť nebrzdený kvantitatívny rast.

*Puto lásky sa nedá pretrhnúť
ani vzdialenosťou, ani smrťou.*

*V každom okamihu života
môžeme odhaliť niečo zmysluplné.*

ELISABETH LUKASOVÁ: Hroziaca infekcia môže byť dočasne príčinou vonkajšieho odlúčenia, takzvanaj nanútenej izolácie. Ako sme však nedávno zažili, zvyšuje sa tým skôr vnútorná prepojenosť medzi ľuďmi. Podobne, ako sa kedysi počas bombových náletov naši starí rodičia v pivnici túlili k sebe, v tme tichúčko spievali, modlili sa, vzlykali a navzájom si boli oporou, tak aj dnes – na vrchole pandémie alebo v podobnej núdzovej situácii – zažívajú niečo podobné mladí a starí, priatelia, učitelia a žiaci počas dištančného vzdelávania vo svojich bytoch. Je to moderný spôsob prispôsobovania sa obrovského rozmeru!

Do popredia sa dostáva aspekt, ktorý by nás mohol potešiť: Vnútorná jednota s našimi milými a najmilšími nevyžaduje bezpodmienečne priestorovú blízkosť. Puto lásky sa nedá pretrhnúť ani vzdialenosťou, ani smrťou. To je jeden z obrovských dôkazov múdrosti srdca!

Smrť je témou, ktorej sa snažíme radšej vyhnúť, pretože nás desí, že nás môže len tak zrazu zasiahnuť. Keď sa zahlbíme do zverejnených štatistík, nevieme ju takmer vôbec vypudiť z našich myšlienok a strachov. Pretože aj tam, kde klesá miera úmrtnos-

ti, sa už stihli uhniesdiť v našich hlavách a zasiahť nepokoj. Nenaťahovajme si však, nemusíme predsa stratiť pozemský život. A na zopakovanie: ani mladosti, ani dobrá fyzická kondícia nás nechránia pred nehodami najrôznejšieho druhu.

Teraz by sme mali perfektnú príležitosť hrdinsky sa vyrovnáť s vlastnou pomínutosťou. Znamená to okrem iného kriticky sa zamerať na doterajší život. Čo sme láskavo dostali? Čo sa nám podarilo, pošastilo? Čo sme dosiahli? Na čo môžeme byť hrdí? Nič nám nebráni, aby sme sa z toho skutočne tešili. To, čo sa udialo, sa koniec koncov nevygumuje na konci nášho života. Zachová sa to pre večnosť aj v našej osobnej histórii a pôsobí naďalej vo svete. Každý človek zanecháva za sebou stopy.

Pri pohľade na náš doterajší život sa objaví aj to, čo sa nepodarilo. Čo sme nedokončili. Alebo čo sme plánovali a snívali o tom, ale nikdy sme sa do toho nepustili. S chuťou do toho, začnime s tým! Terajšia doba nás varuje, aby sme to neodsúvali. Ešte sa môžeme niekomu ospravedlniť. Ešte môžeme niekomu odpustiť. Ešte môžeme niekoho ubezpečiť o tom, ako veľmi nám na ňom záleží. Môžeme si tiež odvyknúť od zlovykov a popracovať na svojom charaktere. Život je príliš vzácny na to, aby sme ho premrhali nepotrebným hašterením, bedákaním a konfliktami, ktoré si sami spôsobujeme. Keď sme už roky s niekým pohnevaný, skúsme sa predsa ešte zmieriť. Je to nesmierne dôležité, pretože nezmiernení neodídeme pokojne z tohto sveta!

V každom okamihu života môžeme odhaliť niečo zmysluplné, čo nás čaká a čo vieme uskutočniť, a to aj napriek tomu, že nevieme, koľko rokov života nám ešte zostáva. Smrť je pre nás vlastne impulz, aby sme žili život naplno.

Profesor Frankl poukazoval na to, že *plnosť ľudského života nespočíva v ľudskej existencii, ale, naopak, je ukrytý v ľudskej existencii ako úroda v stodole*. Odporúčal nám, aby sme smútok nad prázdnyňm polom po zbere úrody v našom živote nahradili pocitom uspokojenia nad zozbieranou úrodou, ktorú už viac smrť nemôže zničiť. Z toho vyplýva, že pominuteľnosť našej existencie obsahuje imperatív zväzaf čo najviac dobrej úrody, pretože je večná.

Profesor Frankl nám predviedol príslušnú argumentáciu v dialógu s pani Línekovou*, ktorá bola na pokraji smrti. Nešlo mu o chlácholenie pacientky, chcel ju ešte s niečím pboznámiť. Čo sa mu aj podarilo, hoci pacientka, čo sa týka vzdelania, bola skôr jednoduchou osobou.

K čomu viedol lekár Frankl túto umierajúcu ženu? Najprv ju poprosil, aby si préhrala pred vnútornými očami celý svoj život. Tak, ako bolo pre neho typické, z jej životného príbehu vyzdvihoval najmä pozitívne zážitky, ktoré s ňou súhrnne zopakoval. Potom ju konfrontoval s jej blížiacim sa koncom: „Toto všetko

teraz skončí...“ Zatiaľ čo ona stonala, on pokračoval slovami, že všetky tieto pekné zážitky, o ktorých mu rozprávala, sú tabu pre kmotru smrť. Nikto jej ich nemôže ukradnúť alebo zmeniť na zlé zážitky. Žiadna moc sveta ich nemôže vytrhnúť z historickej pravdy. Čo patrí jej, zostáva jej naveky.

Všetko dobré je zachránené v nedotknuteľnej minulosti... na základe tohto úsudku znesieme aj spomienku na zlo, na prežité utrpenie, ktoré sa takto dostane k slovu. Teda, čo s tým? Pani Líneková myslela na Boží trest, čo Frankl okamžite zamietol: „Nemohlo ísť aj o skúšky?“ Vyznelo to nečakane. Ak by však Frankl hovoril o otázkach charakteristických pre život a odpovediach typických pre našu existenciu, je možné, že by sme ho neboli bývali pochopili. Skutočnosť, že v skúškach môžeme obstáť, dokonca skvelo obstáť, pochopila aj spomínaná pani. Takže, zvládla statočne svoje utrpenie? Áno, zvládla. Je to chvályhodné. „Váš život je pamätnikom,“ povedal profesor.

* Viktor E. Frankl, *Ärztliche Seelsorge, Destiche*, Wien, 10. vydanie, 1982, s. 231.