

# Tahto tarkoitukseen logoterapian filosofisena taustaoletuksena

**Minna Sadeaho** FM, diplomilogoterapeutti VFI, logoterapiakouluttaja / Tarkoituskeseisen filosofian koulutusyhteisö TFK

**F**ranklin perintö meille on epäsystemaattinen ja tulkittavissa oleva teoria täynnä täsmällisesti määrittelemättömiä käsitteitä. Franklin tapa vahvistaa ajatuksiaan on havainnollistaminen ja tapauskertomusten kuvaileminen ja luova intoutuminen sen sijaan, että hän olisi katsonut rakennelmaansa johdonmukaisuuden ja käsitteellisen selkeyden vaatimuksen kautta. Kuitenkin hänen perintönsä on täynnä viisautta ja elävää inhimillisyyttä, mikä inspiroi ihmisiä yhä enenevässä määrin tutkimaan ja tulkitsemaan hänen tekstejään.

Frankl itse kehitti logoterapian laajentamaan psykoterapian rajoittavaa näkemystä ihmisestä ja ihmisen mahdollisuuksista ja toi korostetusti esille hengen kategorian fyysisestä ja psyykkisestä determinismistä erilleen asetettuna. Hän toi psykoterapian filosofisen ulottuvuuden. Franklin teksteissä kuitenkin vaikuttaa syntyvän tatomiaakin kategorioiden ylittämisiä, mikä asettaa meille jälkeläisille haasteen pyrkiä löytämään, mitä Frankl lopulta tarkoitti.

Franklin etu ihmisen kokonaisvaltaisuuden tavoittamisessa oli hänen monipuolinen koulutustaustansa, mutta samalla se saattoi olla myös syy sille, että kategorioiden sekoittumista tapahtui, mikä on puolestaan vaikuttanut hänen teoriansa epäjohdonmukaisuuden vaikutelmaan. Frankl jätti paljon aukkoja tulkittavaksi. Näitä aukkoja on sekä Franklin itsensä hyväksymällä että kansainvälisesti tunnustettavimmalla, kykenevimmällä ja Franklin näkemystä eniten ymmärtävällä tavalla täyttänyt Elisabeth Lukas. Lukas on psykologi, joten hänellä on ollut ja on vakaa perusta kehittää logoterapiaa psykoterapian kentällä käytettäväksi.

Logoterapian keskeisestä käsitteestä, tarkoi-

tuksen tahdosta on kirjoitettu paljon. Frankl itse korostaa, että tahto tarkoitukseen on ihmistä ensisijaisesti motivoiva voima.<sup>1</sup> Se on ihmisen perustavanlaatuinen tarve löytää elämälleen tarkoitus. Tällaisenaan määrittely avaa tulkintaovia sekä transsendentin että maailmassa toteutumisen suuntiin. Frankl haluaa näkemykseni mukaan vahvistaa asemaansa kollegoidensa arvioinnissa teoriansa hyväksymisen suhteen, kun hän vetoaa tieteellisiin tutkimuksiin ja niiden tuloksiin halutessaan vahvistaa väitteensä, että tarkoituksen tarve on oma erillinen muihin tarpeisiin palauttamaton tarve<sup>2</sup> ja että hän nimenomaan puhuu tarpeesta. Esimerkiksi teoksessaan *Man's Search for Ultimate Meaning*<sup>3</sup> Frankl esittää luettelon tarkoituksen tarpeen vahvistavista tutkimuksista.

Mielestäni siinä, että hän painokkaasti hakee lääketieteellistä hyväksyntää, tulee unohtetuksi, että koko hänen teoriarakennelmansa kuitenkin kokoontuu yhteen vasta ulottuvuusontologisessa näkemyksessä, joka ei mahdu sen enempää lääketieteellisen kuin minkään tieteellisen arvioinnin piiriin. Toisaalla Frankl itsekin toteaa, että logos on syvempää kuin logiikka<sup>4</sup> sekä edelleen rakentaa esimerkiksi arvonäkemysensä Max Schelerin filosofisen ajattelun perustalle, jossa sydän on järkea pyhempi, eikä siihen tarvita sen enempää vahvistusta kuin yksilön kokemuksellinen tieto, johon liittyy omantunnon intuitiivinen vahvistus jonkun asian totuudesta. Jo Herakleitos ajatteli, että logos ei voi olla luonteeltaan sellainen, josta saamme tietoa katselemalla ympärillemme ja tutkimalla sitä, mikä on näkyvässä, koska kaikki se, mikä meitä ympäröi, on aina jollain tavalla ristiriitaista. Logos, se, joka kokoaa osat niiden alkuperäiseen merkitysyhteyteen, edellyttää myös sen näkemistä, mikä on näkymättömissä, sen kuulemista, jota kutsutaan sydämen ääneksi tai Franklin näkemyksestä puheen ollen omaksitunnoksi. Mielestäni emme

voi missään kohdassa jättää huomiotta sitä, että perimmäisesti Frankl vetoaa logokseen ja vain logokseen viittaamalla pysymme auttamistyössä logoterapian piirissä.

Lukas on teoksessaan *Lehrbuch der Logotherapie*<sup>5</sup> kuvannut logoterapian oppirakennelman painopisteet seuraavasti: Logoterapia antropologiaa sisältää ihmiskäsityksen ja näkemyksen tahdon vapaudesta, psykoterapiana logoterapiaan sisältyvät parantamisen taito sekä tahto tarkoituksen löytämiseen ja kolmanneksi kategoriaksi Lukas asettaa filosofian, jonka logoterapian yhteydessä katsotaan käsittelevän maailmankuvaa ja elämän tarkoitusta. Jaottelussa tulisi mielestäni ottaa huomioon, että Franklin antropologia on filosofista antropologiaa ja tahdon vapautteen liittyvä problematiikka on erityisesti filosofista kysymyksenasettelua. Edelleen haluan tuoda esille sen, että jotta voisimme ymmärtää Franklin teoriaa johdonmukaisena, tulee meidän tarkastella myös tarkoituksen tahtoa filo-

“ Frankl itse korostaa, että tahto tarkoitukseen on ihmistä ensisijaisesti motivoiva voima. Se on ihmisen perustavanlaatuinen tarve löytää elämälleen tarkoitus.

sofisena aiheena sen sijaan, että jättäydymme huomioimaan sitä vain psykoterapeuttisena eli tarveperustaisena ilmiönä.

Se, mistä näkökulmasta tarkoituksen tahtoa tarkastellaan vaikuttaa myös siihen, miten tarkastellaan henkistä uhmavoimaa. Henkinen uhmavoima on tarkoituksen tahdon lailla käsite, jonka Frankl on luonut ja jota hän on kuvailut, mutta jonka täsmällinen määrittelyminen ja teorian kokonaisuuden yhteyteen saattaminen

on jäänyt kesken. Lyhyesti sanottuna henkinen uhmavoima on ihmisen potentiaalinen tarkoituksen voimasta aktivoituvaa kykyä ajatella toisin, tuntea toisin ja toimia toisin kuin hän teki vaistojen ja viettien ajamana ja ohjaamana silloin kun vaistot ja vietit toimivat tarkoitusta vastaan. Henkinen uhmavoima on todistus henkisen ulottuvuuden vapaudesta ja voimasta, jolla tarkoitus toimii – voima, joka nousee ihmisen tahdosta tarkoitukseen.

Jos jättäydymme tarkastelemaan tarkoituksen tahtoa ja sen voimaa *tarpeena* eli ihmisen hyvinvointiin perustavanlaatuisesti liittyvänä vaatimuksena hänen linkittymisestään elämään siten, että hän kokee itsensä tarpeelliseksi ja tarkoitukselliseksi, ainutlaatuiseksi ja tärkeäksi, saatamme jättää huomiotta tarkoituksen tahtoon liittyvän logofilosofisen näkemyksen. Meidän tulisi siis muistaa, että logos eli perimmäinen tarkoitus on olemassa ja siten määritelmäänsä liittyen on myös se perimmäinen kokonaisuus, jossa osat saavat merkityksensä, jossa myös ihminen saa tarkoituksensa. Meidän tulee huomioida, että tarkoituksen tarve perustuu elämän velvoitteeseen, ihmisen sisäsyntyiseen ymmärrykseen oman elämänsä velvoittavuudesta, omantunnon käskyyn, sen tahtoon, joka on perimmäisen tarkoituksen toteutuminen. Tämä on *tahto* tarkoitukseen, joka psyykkisellä tasolla ilmenee tarpeena, mutta jota ei näkemykseni mukaan voi koskaan täysin ymmärtää, jos tarve nostetaan tahdon edelle.

Ongelmallista filosofisen tausta-ajattelun unohtamisessa on se, että psykoterapeuttiseen tarpeeseen keskittyessä alkavat linjaukset, erityisesti käytännön terapiatyössä, kaventua pois päin siitä perustavanlaatuisesta elämäntarkoituksellisesta perusteesta, että tarkoituksen toteutumisesta on kyse nimenomaan ihmisen velvoitteen toteutumisesta eikä vain ihmisen homeostaasin laajentamisesta eli yksityisen ihmisen henkilö-

kohtaisesta psyykkisestä tarpeesta voida hyvin.

Haluaisin muistuttaa Franklin useissa lähteisistä käyttämästä sivuvaikutusesimerkistä. Frankl esittää, että onnellisuutta ei voi tavoitella suoraan, se on sivuvaikutus. Onni saapuu, kun suuntaamme kohti tarkoitusta<sup>6</sup>. Saman esittäisin lausumalla, että psyykinen hyvinvointi saapuu, kun suuntaamme kohti velvoitetta. Tämä tarkoittaa, että meidän tulee oppia käyttämään vapauttamme ihmisarvoisesti eli vastuullisesti. Meidän tulee löytää itsemme maailmasta ihmisyytemme mittaisina koko olemuksellamme ja kohtalomme kautta. Sen, että käytännön terapissa lähdemme kartoittamaan ja laajentamaan ja kenties muokkaamaan vapauden alueita, rakkauden järjestyttä, arvoja ja arvostuksia ei saa antaa kutistua tarpeen tyydyttämisen tasolle. Tämä on kuitenkin vaarana silloin, kun emme ymmärrä, missä kohdassa keskustelemme viettivoimien ja missä kohdassa henkisten voimien kanssa tai kun emme ymmärrä, että henkisten voimien lähtökohdalla on transsendentti, joka kutsuu ihmisyyteen eikä terapeutin ehdotus löytää asiakkaalleen muuhun kuin eettiseen velvoittavuuteen kutsuva kokemus omasta elämästä. Esitän siis, että logoterapia tulee ymmärtää erityisesti transsendentista lähtökohdastaan käsin ja siten korostaa jokaisen omaan yksityiseen elämään asennoitumisen vahvimpana pontimena itsen transsendenssin potentiaalia. Ei siksi, että asiakkaalle tulisi hyvä mieli, vaan siksi, että asiakas ymmärtäisi myös aidon hyvän mielen perustuvan hänen omaan vastuullisena olemiseensa ihan konkreettisesti, eikä vain höpötyksenä miellyttämisen ympärillä.

Franklin teorian kokonaisuus huomioiden, ihmisen tarkoituksen tahto on ajatukseni mukaan ihmisen sisäsyntyinen a priori ominaisuus, joka linkittää ihmisen sekä henkiseen alkupeiräänsä logokseen että omaan henkilökohtaiseen toteutumiseensa, itsensä eksistentiaaliseen luomiseen suhteessaan maailmaan. Ihminen on siten olemuksellisesti fyysis-psyykinen lähtökoh-

ta henkisyyden eksistentiaaliselle luomistyölle, joka varsinaisesti konstituoii ihmisen. Henkinen olemus on siis ihmisen eksistoinnin synnyttämä. Muutoin henkinen on luonnehdittavissa kykyinä. Henkinen itsessään on tiedostamaton, vasta toteuduttuaan, oltuaan olemassa, voidaan henkistä tarkastella, vain olemuksesta voidaan siis esittää arvioita.

Erityisen tärkeää filosofisen perustan ymmärtäminen psykoterapiasta irrotettuna on silloin kun siirrämme logoterapiatietämystä ja kun koulutamme ihmisiä logoterapian soveltamiseen. Logoterapia on kokemukseni mukaan antoisa ja hyvin toimiva tapa auttaa ihmisiä muuttamaan elämänsä suuntaa kohti aitoa ihmisyyttä ja sen myötä myös kohti oman elämän kukoistusta. Logoterapeuttinen apu ei kuitenkaan aina vaadi rinnalleen psykoterapiaa, psykoterapeuttinen ote saattaa jopa olla toisinaan logoterapian toteutumista ehkäisevä ilmiö.

Psykoterapiaa tarvitaan silloin, kun esillä on psyykkisen ulottuvuuden ongelma. Mikäli esillä oleva ongelma on puhtaasti eksistentiaalinen,

“ Erityisen tärkeää filosofisen perustan ymmärtäminen psykoterapiasta irrotettuna on, kun siirrämme logoterapiatietämystä ja kun koulutamme ihmisiä logoterapian soveltamiseen.

voi myös logoterapeutti, jolla ei ole psykoterapeutin koulutusta, olla avuksi. Ilman logoterapian filosofista ymmärrystä logoterapian soveltaminen saattaa kuitenkin olla haitallista. Tämä vaara on sellaisissa tapauksissa, joissa logoterapeutilla ei ole psykoterapeutin koulutusta eli kykyä ymmärtää ja manipuloida ihmisen psyykkistä ulottuvuutta, mutta hän kuitenkin ylittää terapiassaan rajan vapauden alueelta determinoidulle alueelle.

Palaan tässä alussa esittämäni käsitykseen, että Frankl (joka itse oli sekä neurologi, psykiatri että filosofi) kirjoituksissaan ylrittelee kategorioiden välisiä rajoja. Meidän tulee siten itse olla tarkkoja, että pystymme erottamaan asiat toisistaan, jotta emme hairahdu puoskaroimaan tai toisaalta hairahdu redusoimaan logoterapiaa psykoterapiaksi.

Kun ihmisen tahto tarkoitukseen ymmärtään sen laajassa yhteydessä, siinä merkitysyhteydessä, missä se saa todellisen merkityksensä, voidaan tarkastella ihmistä ja elämää myös turhaa kärsimystä ennalta ehkäisevästi. Meidän ei tarvitse vain odottaa, että noogeeniset neuroosit syvenevät psykofyysisiin ulottuvuuksiin, jolloin eksistentiaaliset peruskysymykset saattavat upota determinismin suohon ja vapauden mahdollisuus kapenee entisestään. Sen sijaan meidän tulee ottaa ihmisyytemme vakavasti. Meidän tulee ymmärtää filosofia kasvatuskysymyksenä, sellaisena viittauksena, jossa elämän tarkoitus perustaa kokonaisuuteen asennoitumiseen. Meillä on tahto tarkoitukseen, logoksen kutsu, joka ei ole

“ Meidän tulee ymmärtää filosofia kasvatuskysymyksenä, sellaisena viittauksena, jossa elämän tarkoitus perustaa kokonaisuuteen asennoitumiseen.

epämääräinen, kunhan avaamme silmämme ja katsomme tarkemmin, eteenpäin. Frankl siteeraa Veda-tekstiä seuraavasti: *That which does the seeing, cannot be seen; that which does the hearing, cannot be heard; and that which does the thinking, cannot be thought.*<sup>7</sup>

Toisessa kohdassa Frankl käyttää silmäesimerkkiä esittäessään, että ihminen on aidoiltaan tarkoitusta etsivä, ei itseään etsivä: *The eye, too, is self-transcendent in a way. The mo-*

*ment it perceives something of itself, its function – to perceive the surrounding world visually – has deteriorated. If it is afflicted with a cataract as a cloud; and if it is suffering from glaucoma, it might “see” its own glaucoma as a rainbow halo around lights. Normally, however, the eye doesn’t see anything of itself. Equally, by virtue of the self-transcendent quality of the human reality, the humanness of man is most tangible when he forgets himself – and overlooks himself!*<sup>8</sup>

Ehdotan siis, että logoterapian kyseessä ollessa pyrimme ymmärtämään, että kääntyminen glaukooman aiheuttamien sateenkaarien tutkimiseen ei missään kohdassa terapiaa kuulu puhtaasti logoterapeuttiseen auttamistyöhön. ♦

1) Frankl, V.E. 2010. Ihmisyyden rajalla (Man’s Search for Meaning, From Death-Camp to Existentialism, Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager). Suom. O. Jokinen ja E. Sandborg. Keuruu: Otava, (90); Frankl, V.E. 1980. Elämän tarkoitusta etsimässä (The Unheard Cry for Meaning). Suom. Ben Furman. Helsinki: Otava, (30).

2) Frankl, V.E. 1980. Elämän tarkoitusta etsimässä (The Unheard Cry for Meaning). Suom. Ben Furman. Helsinki: Otava, (30).

3) Frankl, V.E. 2011. Man’s Search for Ultimate Meaning (Der Unbewusste Gott. 1948, The Unconscious God.1975). London: Rider, (85 – 89).

4) Frankl, V.E. 2010. Ihmisyyden rajalla (Man’s Search for Meaning, From Death-Camp to Existentialism, Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager). Suom. O. Jokinen ja E. Sandborg. Keuruu: Otava, (108)

5) Lukas, E. Lehrbuch der Logotherapie. Wien: Profil, (18). Lähde: Pykäläinen, L. Ihmiskäsitys, arvot ja kasvatus Franklin ja Böschmeyerin logoterapioissa. 2004. Väitöskirja. Oulun yliopiston Kajaanin opettajankoulutusyksikkö. Oulu: Oulun yliopistopaino, (54).

6) Frankl, V.E. 2008. Logoterapia – avain mielekkäaseen elämään (The Will to Meaning). Suom. R. Viitanen. Juva: WS Bookwell Oy, (48).

7) Frankl, V.E. 2011. Man’s Search for Ultimate Meaning (Der Unbewusste Gott. 1948, The Unconscious God.1975). London: Rider, (37).

8) Frankl, V.E. 2011. Man’s Search for Ultimate Meaning (Der Unbewusste Gott. 1948, The Unconscious God.1975). London: Rider, (85).