

VIKTOR E. FRANKL

Człowiek w poszukiwaniu sensu



Głos nadziei z otchłani Holokaustu

PONAD 12 MILIONÓW SPRZEDANYCH EGZEMPLARZY

VIKTOR E. FRANKL

**Człowiek
w poszukiwaniu
sensu**

przełożyła Aleksandra Wolnicka

Wydawnictwo Czarna Owca
Warszawa 2016

Spis treści

CZEŚĆ PIERWSZA: Moje przeżycia w obozie koncentracyjnym

Tytuł oryginału
MAN'S SEARCH FOR MEANING

Redakcja
Mirosław Konkel

Projekt okładki
© Two Associates

Korekta
Małgorzata Denys

Copyright © 2008 Viktor E. Frankl
Published by arrangement with the Estate of Viktor E. Frankl
Copyright © for the Polish edition by Wydawnictwo Czarna Owca, 2009

Wydanie I zmienione

Wszelkie prawa zastrzeżone. Niniejszy plik jest objęty ochroną prawa autorskiego i zabezpieczony znakiem wodnym (watermark). Uzyskany dostęp upoważnia wyłącznie do prywatnego użytku. Rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci bez zgody właściciela praw jest zabronione.

ISBN 978-83-8015-286-1

Wydawnictwo
**CZARNA
OWCA**
www.czarnaowca.pl

Wydawnictwo Czarna Owca Sp. z o.o.

ul. Alzacka 15a, 03-972 Warszawa

www.czarnaowca.pl

Redakcja: tel. 22 616 29 20; e-mail: redakcja@czarnaowca.pl

Dział handlowy: tel. 22 616 29 36; e-mail:

handel@czarnaowca.pl

Księgarnia i sklep internetowy: tel. 22 616 12 72; e-mail:

sklep@czarnaowca.pl

Konwersję do wersji elektronicznej wykonano w systemie
Zecer.

PAMIĘCI MOJEJ MATKI

Przedmowa

Doktor Frankl, pisarz psychiatra, ma w zwyczaju zadawać jedno pytanie swoim pacjentom cierpiącym z powodu rozmaitych mniejszych i większych dramatów: „Dlaczego nie odbierzesz sobie życia?”. W ich odpowiedziach odnajduje zwykle wskazówki, którymi kieruje się w dalszej terapii; jeden człowiek trzyma się życia przez wzgląd na dzieci, inny pragnie wykorzystać jakiś talent, jeszcze innego ratują od zagłady wspomnienia, które warto zachować. Przypomina to wpłatanie delikatnych nici czyjegoś przegranego życia w trwałą ośnowę sensu i odpowiedzialności. To właśnie jest cel i wyzwanie, jakie stawia sobie stworzona przez doktora Frankla logoterapia, będąca jego współczesną wersją analizy egzystencjalnej.

W swojej książce doktor Frankl opisuje doświadczenia, które doprowadziły go do odkrycia koncepcji logoterapii. Jako długoletni więzień bestialskiej maszyny obozów koncentracyjnych poznał smak egzystencji odartej z wszelkiej godności. Jego ojciec, matka, brat oraz żona zginęli w obozach lub znaleźli śmierć w komorach gazowych. Stracił wszystkich najbliższych z wyjątkiem siostry. Czy to możliwe, aby ktoś w jego położeniu, któremu odebrano cały doczesny dobytek i którego ograbiono z wszelkich wartości, cierpiący z głodu, zimna i z powodu brutalnej przemocy, na co dzień obcuający z eksterminacją, mógł uważać życie za coś cennego, zasługującego na to, aby je chronić? Psychiatra, który osobiście doświadczył tak skrajnych przeżyć, jest człowiekiem, którego warto wysłuchać. Jak nikt inny jest bowiem w stanie przeniknąć i ze współczuciem analizować ludzką naturę. Słowa doktora Frankla brzmią przejmująco prawdziwie, ponieważ w ich podstaw leżą doświadczenia zbyt ważne, by mogły ulec zafałszowaniu. Niniejszy wykład dodatkowo zyskuje na znaczeniu w kontekście pozycji, jaką jego autor zajmuje obecnie na wydziale medycznym Uniwersytetu Wiedeńskiego oraz ze względu na renomę, jaką cieszą się kliniki logoterapii wzorowane na jego słynnej wiedeńskiej Poliklinice Neurologicznej, które jak grzyby po deszczu wyrastają w coraz to nowych krajach.

Jeśli chodzi o podejście doktora Viktora Frankla do teorii i terapii, trudno powstrzymać się od porównań z dokonaniem jego poprzednika, Zygmunta Freuda. Obaj zajmują się przede wszystkim naturą i leczeniem nerwic. Lecz podczas gdy Freud widzi przyczynę tych zaburzeń w lęku wywoływanym przez podświadome, sprzeczne popędy, Frankl wyróżnia kilka rodzajów nerwic, doszukując się źródła niektórych z nich (na przykład nerwicy noogennej) w tym, że pacjent nie umie odnaleźć w swoim życiu sensu i nie bierze odpowiedzialności za własną egzystencję. Freud podkreśla rolę frustracji w życiu seksualnym, Frankl frustrację „woli sensu”.

Współczesna Europa coraz częściej odwraca się od nauczania Freuda, skłaniając się masowo ku analizie egzystencjalnej, której jedną z odmian stanowi właśnie szkoła logoterapii. Jest rzeczą charakterystyczną dla pełnego tolerancji stanowiska Frankla, że nie odrzuca on całkowicie dokonań Freuda, lecz chętnie się do nich odwołuje; nie kwestionuje również innych form terapii egzystencjalnej, ale podkreśla swoje z nimi pokrewieństwo.

Niniejsza narracja, choć tak zwięzła, jest jednak umiejętnie skonstruowana i ze wszelkich miar porywająca. Sam przeczytałem ją dwukrotnie od deski do deski, nie mogąc się uwolnić spod jej niezwykłego uroku. Gdzieś w połowie swojej opowieści doktor Frankl zapoznaje nas z podstawowymi założeniami logoterapii. Robi to jednak w sposób tak subtelny i delikatny, nie zaburzając ciągłości wątków, że dopiero po przeczytaniu książki czytelnik uświadamia sobie, iż ma do czynienia z niezwykle głębokim esejem, a nie tylko z kolejną wstrząsającą relacją z pobytu w obozie koncentracyjnym.

Czytelnik wiele się dowiaduje z owego autobiograficznego fragmentu książki. Odkrywa, do czego zdolny jest człowiek, który nagle uświadamia sobie, że „nie ma nic do stracenia, nic poza własnym życiem, tak absurdalnie odartym z wszelkiej godności”. Trudno pozostać obojętnym na sugestywny opis obecnych w opowieści Frankla skrajnych emocji przeplatających się ze stanami apatii. Ratunkiem okazuje się chłodna, obojętna ciekawość własnego losu. Wkrótce potem pojawiają się strategie służące podtrzymaniu nędznych resztek własnego życia, choć szanse na przeżycie są przecież bliskie zeru. Głód, upokorzenie, strach oraz wszechogarniający gniew na dotykającą człowieka niesprawiedliwość można znieść wyłącznie, zachowując żywe wspomnienie najbliższych, uciekając się do religii, czarnego humoru czy czerpiąc uzdrawiającą siłę choćby z przeżyć piękna przyrody, widoku drzewa lub zachodu słońca.

Lecz żadne z powyższych samo w sobie nie stanowi jeszcze o woli przetrwania, jeśli nie pomaga więźniowi w dostrzeżeniu sensu w jego pozornie bezsensownym cierpieniu. Jeżeli życie jako takie w ogóle ma sens, musi on być obecny również w cierpieniu i umieraniu. Nikt jednak nie jest w stanie powiedzieć drugiemu człowiekowi, na czym ów sens polega. Każdy musi dojść do tego samodzielnie, a następnie wziąć na siebie odpowiedzialność wynikającą z odpowiedzi na pytanie: „Co ma dla mnie sens?”. Jeżeli mu się to uda, będzie trwał i rozwijał się wbrew wszelkim upokorzeniom. Frankl z upodobaniem cytuje w tym miejscu słowa Nietzschego: „Ten, kto wie, dlaczego żyje, nie troszczy się o to, jak żyje”.

W obozie koncentracyjnym wszystko sprysięga się, aby pozbawić więźnia woli przetrwania. To, dla czego warto było dotąd żyć, zostaje nam brutalnie odebrane. Pozostaje jedynie „ostatnia z dostępnych człowiekowi swobód” – wolność „wyboru własnego stanowiska w obliczu konkretnych okoliczności”. Kwestia owego ostatecznego wyboru, znana zarówno już starożytnym stoikom, jak i współczesnym egzystencjalistom, w relacji Frankla nabiera żywotnego znaczenia.

Więźniowie obozów śmierci byli tylko zwykłymi ludźmi, lecz przynajmniej niektórzy z nich – ci, którzy zdecydowali się być „godnymi swego cierpienia” – dowiedli, iż każdy człowiek posiada umiejętność wznoszenia się ponad narzucony mu los.

Jako psychoterapeuta, autor rzecz jasna pragnie dowiedzieć się, w jaki sposób można pomóc człowiekowi osiągnąć ów stan. Jak obudzić w pacjencie poczucie odpowiedzialności za własne życie, na przekór ponurym życiowym okolicznościom? W tym miejscu Frankl przytacza wzruszający opis grupowej sesji terapeutycznej, jaką odbył wspólnie z innymi więźniami.

Na prośbę wydawcy autor uzupełnił swą opowieść o dodatkowy rozdział przedstawiający podstawowe założenia logoterapii oraz bibliografię. Jak dotąd większość publikacji tak zwanej trzeciej szkoły wiedeńskiej (po szkole freudowskiej i adlerowskiej) ukazywała się głównie w języku niemieckim. Czytelnik powinien zatem z zadowoleniem przyjąć owo fachowe uzupełnienie osobistej relacji doktora Frankla.

W przeciwieństwie do wielu europejskich egzystencjalistów, Frankl nie jest ani pesymistą, ani ateistą. Przeciwnie, jak na pisarza, który osobiście zetknął się z wszechobecnym cierpieniem oraz oddziaływaniem sił zła, prezentuje on zaskakująco optymistyczną wiarę w ludzką umiejętność wykraczania poza dramatyczne okoliczności życia oraz odkrywania prawdy, która wskazuje nam drogę.

Z całego serca polecam wszystkim niniejszą książkę. Pod względem narracji to prawdziwa perełka, a zarazem autor dotyka najtrudniejszych zagadnień dotyczących natury człowieka”. Poza swoimi niekwestionowanymi wartościami literackimi i filozoficznymi, dzieło Viktora Frankla oferuje zarazem frapujące wprowadzenie w idee najważniejszego nurtu psychologicznego naszych czasów.

GORDON W. ALLPORT 1

Przedmowa do wydania z 1992 roku

Niniejsza książka może się już poszczycić niemal setką wydań w języku angielskim – nie licząc przekładów, które ukazały się w dwudziestu jeden różnych językach. Same zaś wydania anglojęzyczne rozeszły się w liczbie ponad trzech milionów egzemplarzy.

Takie są suche fakty; nie powinno zatem dziwić, że dziennikarze amerykańskich gazet, a zwłaszcza amerykańskich stacji telewizyjnych, wymieniwszy uprzednio owe imponujące liczby, z reguły rozpoczynają wywiady ze mną w następujący sposób: „Doktorze Frankl, pańska książka to absolutny bestseller. Co pan sądzi o tak spektakularnym sukcesie?”. Na co reaguję zwykle stwierdzeniem, iż nie traktuję powodzenia mej książki jako osobistego sukcesu ani osiągnięcia, lecz raczej jako potwierdzenie duchowej nędzy naszych czasów; skoro setki tysięcy ludzi sięgają po książkę, której tytuł wyraźnie nawiązuje do kwestii sensu życia, musi być to dla nich niezwykle aktualny i palący problem.

Jest jeszcze coś, co może tłumaczyć skalę oddźwięku mojej publikacji, a mianowicie fakt, że jej druga, teoretyczna część („Podstawy logoterapii”) zawiera poniekąd te same wnioski, do których czytelnik może dojść samodzielnie na podstawie lektury poprzedzającej ją autobiograficznej relacji („Moje przeżycia w obozie koncentracyjnym”), która z kolei jest niczym innym, jak egzystencjalną podbudową mojej teorii. W ten sposób obie części uwiarygodniają się wzajemnie.

Powyższe kwestie nie zaprzętały jednak mej głowy, gdy w 1945 roku zasiadałem do pisania niniejszej książki. A napisałem ją w ciągu dziewięciu dni, wielce zdeterminowany, aby została wydana anonimowo. Tak też się stało i na okładce pierwszego, oryginalnego niemieckiego wydania brak jest mego nazwiska, chociaż w ostatniej chwili, tuż przed publikacją, dałem się wreszcie przekonać przyjaciółom, którzy naciskali, aby nazwisko autora znalazło się przynajmniej na stronie tytułowej pierwszego wydania. Nie ulega jednak wątpliwości, że pisałem ją z głębokim przekonaniem, iż jako dzieło anonimowe nigdy nie przyniesie ona swemu autorowi literackiej sławy. Zależało mi przede wszystkim na tym, aby posługując się konkretnym przykładem, przekazać moim czytelnikom, że życie ma sens w każdych okolicznościach, nawet tych najbardziej nieludzkich. Sądziłem, że jeśli przedstawię swoje przemyślenia w kontekście sytuacji tak skrajnej, jaką jest pobyt w obozie koncentracyjnym, zyskam dodatkowy posłuch. Czułem, że moim obowiązkiem jest wierne odtworzenie swoich doświadczeń, uważałem bowiem, że może to pomóc ludziom skłonnyim do depresji.

Jest więc dla mnie czymś zaskakującym i wyjątkowym zarazem, że spośród kilkudziesięciu książek, które wyszły spod mego pióra, właśnie ta jedna, którą zamierzałem wydać anonimowo, aby za jej ewentualnym sukcesem nie stała konkretna osoba autora – że to właśnie ona stała się bestsellerem. Raz za razem pouczam więc swoich studentów, zarówno w Europie, jak i w Ameryce: „Nie gońcie za sukcesem – im bardziej ku niemu dążycie, czyniąc z niego swój jedyny cel, tym częściej on was omija. Do sukcesu bowiem, tak jak do szczęścia, nie można dążyć; musi on z czegoś wynikać i występuje jedynie jako niezamierzony rezultat naszego zaangażowania w dzieło większe i ważniejsze od nas samych lub efekt uboczny całkowitego oddania się drugiemu człowiekowi. Szczęście po prostu musi samo do nas przyjść i to samo dotyczy sukcesu: sukces „przydarza się” nam, kiedy o niego nie zabiegamy. Trzeba słuchać, co nam podpowiada sumienie, a następnie realizować jego nakazy zgodnie ze swoją najlepszą wiedzą. Dopiero wtedy przekonacie się, że na dłuższą metę – powtarzam: na dłuższą metę! – sukces przychodzi właśnie do tych, którzy o nim nie myśleli”.

Czytelnicy mogą być ciekawi, dlaczego nie próbowałem uciec przed wszystkim, co zgotował mi los – i to zaraz po zajęciu Austrii przez Hitlera. Pozwólcie, że w odpowiedzi przytoczę w tym miejscu pewną historię. Na krótko przed przystąpieniem Stanów Zjednoczonych do drugiej wojny światowej zostałem zaproszony do Konsulatu Amerykańskiego w Wiedniu po odbiór wizy wjazdowej. Moi rodzice – starsi ludzie – byli w siódmym niebie; sądzili, że wkrótce uda mi się wyjechać z Austrii. Nagle jednak ogarnęły mnie wątpliwości. Szczególnie jedno pytanie nie dawało mi spokoju: czy rzeczywiście mogę pozwolić, aby moi rodzice samotnie stawili czoło czekającej ich przyszłości, groźbie, że – prędzej czy później – zostaną zesłani do obozu koncentracyjnego, a może nawet do tak zwanego obozu zagłady? Co jest moim obowiązkiem? Czy powinienem w pierwszej kolejności zatroszczyć się o swoje intelektualne dziecko, logoterapię, wybrać emigrację i żyzny grunt do pisania książek? A może raczej powinienem skupić się na obowiązkach, które jako rodzony syn miałem wobec swoich rodziców, i zrobić wszystko, co w mojej mocy, aby ich ochronić? Rozważałem wszystkie argumenty za i przeciw, lecz mimo to byłem w stanie podjąć decyzji; dylemat, z jakim miałem do czynienia, wprost wołał o „interwencję niebios”, jak to się czasami mówi.

Pewnego dnia zauważyłem leżący na stole kawałek marmuru. Kiedy zapytałem ojca, skąd się tam wziął, odparł, że znalazł go w miejscu, gdzie narodowi socjaliści spalili największą wiedeńską synagogę. Zabrał go ze sobą do domu, ponieważ był to fragment tablicy z dziesięcioma przykazaniami. Na marmurze wyryta była złożona hebrajska litera; ojciec wyjaśnił mi, że symbolizuje ona jedno z przykazań. Natychmiast zapytałem:

– Które?

On zaś odparł:

– Czcij ojca swego i matkę swoją, abyś długo żył na ziemi. W tej samej chwili postanowiłem pozostać razem z moimi rodzicami, na tej ziemi, i zapomnieć o amerykańskiej wizie.

VIKTOR E. FRANKL

Wiedeń 1992

CZĘŚĆ PIERWSZA

Moje przeżycia w obozie koncentracyjnym

Niniejsza książka nie aspiruje do tego, aby być wiernym zapisem historycznych faktów i wydarzeń; jest raczej zbiorem osobistych doświadczeń, doświadczeń, które swego czasu stały się udziałem milionów więźniów. To naoczna relacja z pobytu w obozie koncentracyjnym, spisana przez jednego z ocalałych z pogromu. Jej celem nie jest uwypuklanie największych koszmarów obozowego życia, jako że te były nader często opisywane (choć o wiele rzadziej przyjmowane za prawdę), lecz przedstawienie niezliczonych drobnych udręczeń. Innymi słowy, książka ta spróbuje odpowiedzieć na pytanie: w jakim stopniu codzienna rzeczywistość obozu koncentracyjnego znajdowała odbicie w umyśle przeciętnego więźnia?

Większość opisanych tutaj wydarzeń nie miała miejsca w wielkich, znanych obozach, lecz właśnie w tych mniejszych, w których głównie dokonywano masowej eksterminacji. Niniejsza historia nie traktuje o kaźni wielkich bohaterów i męczenników, nie opowiada też o wszechwładnych kapo – zaufanych więźniach obdarzonych szczególnymi przywilejami – ani o postaciach znanych ludzi, którzy trafili do niewoli. Nie koncentruje się zatem na cierpieniach wielkich tego świata, ale na poświęceniu, męce oraz śmierci olbrzymiej armii nikomu nieznanym i przez nikogo nieodnotowanym ofiar. To właśnie ci zwykli więźniowie, na których rękawach brak było rozpoznawalnych emblematów, byli obiektem największej pogardy kapo. Podczas gdy zwykli więźniowie jadali niewiele lub prawie wcale, kapo nigdy nie chodzili głodni; prawdę mówiąc, wielu kapo wiodło się w obozie lepiej niż na wolności. W traktowaniu podległych sobie więźniów przewyższali surowością niemieckich strażników, a okrucieństwem w biciu – esesmanów. Rzecz jasna, byli oni wybierani do sprawowania tej funkcji wyłącznie spośród więźniów o odpowiednim charakterze i skłonnościach i jeśli nie wypełniali tego, czego od nich wymagano, czekała ich natychmiastowa degradacja. Wkrótce też upodabniali się do esesmanów i strażników obozowych, można więc powiedzieć, że ich psychikę należy oceniać w tych samych kategoriach.

Osobie z zewnątrz łatwo jest wyrobić sobie mylny obraz obozowego życia – obraz zniekształcony przez sentymenty i współczucie. Ktoś taki niewiele wie na temat toczonej przez więźniów brutalnej walki o przeżycie. Był to bezlitosny bój o kawałek codziennego chleba i przetrwanie, o dobro swoje lub najbliższego przyjaciela.

Za przykład niech posłuży nam przypadek transportu, który – jak oficjalnie ogłoszono – miał przewieźć pewną liczbę więźniów do innego obozu; łatwo się jednak było domyślić, że celem tej podróży będą komory gazowe. Wybrani podczas selekcji chorzy i osłabieni więźniowie jako

niezdolni do pracy mieli być przeniesieni do jednego z wielkich zbiorczych obozów wyposażonych w komory gazowe i krematoria. Selekcja stanowiła sygnał do bezpardonowej walki między więźniami – jednostka przeciw jednostce, grupa przeciw grupie. Liczyło się jedynie to, aby nasze własne nazwisko i nazwisko naszego przyjaciela nie znalazło się na liście ofiar, choć wszyscy zdawaliśmy sobie sprawę, że miejsce jednego ocalałego musi zająć inna ofiara.

Każdy transport zabierał określoną liczbę więźniów. Nie było ważne, których konkretnie, jako że i tak każdy z nich nie był niczym więcej jak tylko numerem. W dniu przyjazdu do obozu (przynajmniej taką metodę stosowano w Auschwitz) odbierano więźniom wszelkie dokumenty wraz z innymi rzeczami osobistymi. Każdy miał zatem możliwość podszywać się pod dowolne nazwisko i zawód – i z różnych powodów wielu tak właśnie robiło. Władze obozowe interesowały wyłącznie numery przetrzymywanych. Numery te były zwykle wytatuowane na skórze, musiały być także naszyte w określonych miejscach na spodnie, kurtkę lub kapotę więźnia. Chcąc oskarżyć więźnia o jakieś wykroczenie, strażnik musiał tylko spojrzeć na jego numer (jakże obawialiśmy się tych spojrzeń!) – nigdy nie pytał o nazwisko.

Powróćmy jednak do mającego wyruszyć konwoju. W takich chwilach brakowało czasu i chęci, aby roztrząsać kwestie moralne czy etyczne. Każdy więzień opętany był tylko jedną myślą: utrzymać się przy życiu przez pamięć oczekującej go rodziny i ocalić najbliższych. Był zatem gotów na wszystko, by inny więzień – inny „numer” – zajął jego miejsce w transporcie.

Jak już wspominałem, proces wyboru kapo polegał na negatywnej selekcji; tylko najbardziej brutalni więźniowie mogli sprawować tę funkcję (szczęśliwie z kilkoma wyjątkami). Jednak wraz z selekcją kapo, której dokonywali esesmani, wśród więźniów toczył się przez cały czas pewnego rodzaju proces autoselekcji. Przy życiu pozostawiali z reguły tylko ci więźniowie, którzy po latach przebywania w różnych obozach w swojej walce o przetrwanie porzucili wszelkie skrupuły; imali się oni wszelkich uczciwych i nieuczciwych sposobów, uciekając się nawet do brutalnej siły, kradzieży i zdrady przyjaciół, aby ratować własną skórę. My, którzy wróciliśmy z piekła, zawdzięczając to wielu szczęśliwym zbiegom okoliczności lub wręcz cudom – jakkolwiek by je nazywać – my wiemy: najlepsi z nas stamtąd nie powrócili.

Obecnie dostępnych jest wiele fotograficznych relacji dotyczących obozów koncentracyjnych. W przypadku tej książki fakty będą jedynie o tyle istotne, o ile będą stanowiły część ludzkiego doświadczenia. Niniejszy esej będzie właśnie próbą opisaną natury owych doświadczeń. Tym, którzy przeżyli obóz koncentracyjny, spróbuję wyjaśnić ich przeżycia w świetle współczesnej wiedzy; ci zaś, których to ominęło, być może łatwiej ogarną, a przede wszystkim zrozumieją doświadczenia tej jakże nielicznej grupy więźniów, którzy przeżyli i którzy nie potrafią się teraz odnaleźć w życiu. Byli więźniowie często mawiają: „Nie lubimy opowiadać o tym, czego

doświadczyliśmy. Tym, którzy byli tam razem z nami, niepotrzebne są żadne wyjaśnienia, inni zaś nie rozumieją ani jak się wówczas czuliśmy, ani jak się czujemy teraz”.

Próba metodycznego uporządkowania tak szerokiego tematu stanowi wielkie wyzwanie, jako że psychologia z natury wymaga pewnego rodzaju naukowej bezstronności. Czy jednak człowiek, który odnotowuje swoje obserwacje, samemu będąc więźniem, jest w stanie zdobyć się na bezstronność? Osoba spoglądająca na problem z zewnątrz zdobędzie się na nią bez trudu, lecz nieunikniony dystans odbierze jej spostrzeżeniom jakąkolwiek autentyczną wartość. Tylko ten, kto sam był w obozie, naprawdę wie. Jego sądy mogą być nieobiektywne, a oceny przesadne; to nieuniknione. Należy zatem podjąć świadomy wysiłek, aby uniknąć jakiegokolwiek stronnictwa i na tym właśnie polega prawdziwa trudność napisania takiej książki jak ta. Czasami autor musi mieć odwagę opisanie szczególnie osobistych doświadczeń. Dlatego też początkowo zamierzałem wydać tę książkę anonimowo, podpisując ją jedynie swoim numerem obozowym. Gdy jednak rękopis był już gotowy, zrozumiałem, że jako anonimowe wydawnictwo moja książka straci połowę swojej wartości i że muszę zdobyć się na odwagę, aby otwarcie przedstawić swoje poglądy. Podjąłem wówczas decyzję, by nie usuwać żadnego fragmentu swojej relacji, pomimo głębokiej niechęci do wszelkiego ekshibicjonizmu.

Moim czytelnikom pozostawiam swobodę analizowania treści tej książki w poszukiwaniu suchych teorii. Być może wniosą one coś nowego do psychologii życia więziennego, badanego tak intensywnie wkrótce po pierwszej wojnie światowej, która dostarczyła nam wiedzy na temat syndromu „choroby drutów kolczastych”. Drugiej wojnie światowej zawdzięczamy natomiast wiedzę o „psychopatologii mas” (jeżeli mogę w ten sposób sparafrazować znane powiedzenie, a zarazem tytuł książki LeBona), wojna przyniosła nam bowiem wojnę nerwów oraz obozy koncentracyjne.

Ponieważ opowieść ta dotyczy moich osobistych przeżyć w roli zwykłego więźnia, powinienem w tym miejscu zaznaczyć, nie bez dumy, że z wyjątkiem ostatnich kilku tygodni pobytu w obozie nigdy nie byłem tam zatrudniony jako psychiatra ani nawet jako lekarz. Kilku moich kolegów po fachu miało szczęście pracować w kiepsko ogrzewanych ambulatoriach, w których opatrywali rany przy pomocy bandażi zrobionych z kawałków makulatury. Ja jednak byłem numerem 119 104 i większość czasu spędziłem, kopiując i układając tory pod linię kolejową. Pewnego razu miałem za zadanie samodzielnie wykopać pod drogą tunel pod wodociąg główny. Za jego wykonanie zostałem sownie wynagrodzony: tuż przed Bożym Narodzeniem 1944 roku otrzymałem w prezencie tak zwane bony premiowe. Wydawało je przedsiębiorstwo budowlane, w którym pracowaliśmy na zasadzie niewolników; firma płaciła władzom obozu ustaloną stawkę dzienną od każdego więźnia. Bony zaś kosztowały ją pięćdziesiąt fenigów za sztukę i mogły być wymienione na sześć papierosów, często dopiero wiele tygodni później, chociaż zdarzało się, że

traciły już wówczas swą wartość. Stałem się zatem dumnym posiadaczem bonów stanowiących równowartość dwunastu papierosów. Lecz co bardziej istotne, owe dwanaście papierosów można było wymienić na dwanaście porcji zupy, zaś dwanaście porcji zupy stanowiło często realny ratunek przed śmiercią głodową.

Przywilej palenia papierosów zarezerwowany był dla kapo, którzy co tydzień otrzymywali stały przydział bonów; zdarzało się także, że więzień pracujący jako kapo w magazynie czy w warsztacie mógł liczyć na kilka papierosów w zamian za wykonywanie bardziej niebezpiecznych prac. Jedyne wyjątki od tej reguły stanowili ci, którzy utracili już wszelką wolę walki i chcieli „cieszyć się” swoimi ostatnimi dniami. Widząc zatem palącego papierosa współwięźnia, wiedzieliśmy, że utracił on siły do dalszego życia; zdawaliśmy sobie też sprawę, że raz utracona wola przeżycia rzadko kiedy powraca.

Analizując olbrzymią ilość materiałów dotyczących obserwacji i świadectw niezliczonych więźniów, można wyraźnie określić trzy etapy psychicznych reakcji człowieka na pobyt w obozie: faza następująca tuż po przybyciu, stadium głębokiego wejścia w rutynę życia obozowego i okres następujący po wyzwoleniu z obozu.

Symptodem charakterystycznym dla pierwszego etapu jest szok. W pewnych warunkach wstrząs może być odczuwany jeszcze przed oficjalnym przyjęciem więźnia do obozu. Przykładem takiej sytuacji mogą być okoliczności towarzyszące mojemu własnemu przyjeźdowi do Auschwitz.

Kilka dni i kilka nocy półtora tysiąca ludzi podróżowało bez przerwy w zamkniętym pociągu, po osiemdziesiąt osób w każdym wagonie. Trzeba było leżeć na swoim bagażu, tych kilku osobistych drobiazgach, które pozwolono nam ze sobą zabrać. Wagony były do tego stopnia przepełnione, że tylko przez górne krawędzie okien wpadało do środka szare światło świtu. Wszyscy spodziewali się, że pociąg zmierza do jakiejś fabryki uzbrojenia, w której zostaniemy zatrudnieni w charakterze robotników przymusowych. Nie wiedzieliśmy, czy wciąż jeszcze znajdujemy się na terytorium Śląska, czy też jesteśmy już w Polsce. Przenikliwy dźwięk gwizdka lokomotywy sprawiał upiorne wrażenie; był niczym wołanie o pomoc, wyraz współczucia maszyny dla nieszczęsnego ładunku, jaki przyszło jej wieźć na zatracenie. W pewnym momencie pociąg zwolnił, najwyraźniej zbliżając się do jakiejś stacji. Wśród zaniepokojonych pasażerów podniósł się krzyk „Widać tablice, jesteśmy w Auschwitz!” . Serca wszystkich zamarły na ułamek sekundy. Auschwitz – ta nazwa zawierała w sobie wszystko, co najgorsze: komory gazowe, krematoria, masowe mordy. Pociąg nadal się poruszał, wolno, niemal z wahaniem, jakby chciał jak najdłużej oszczędzić swoim pasażerom bolesnej prawdy: to rzeczywiście było Auschwitz!

W świetle wstającego dnia oczom naszym ukazały się zarysy olbrzymiego obozu: ciągnące się w kilku rzędach ogrodzenie z drutu kolczastego, wieże wartownicze, reflektory, a w tle długie kolumny wynędziały ch ludzkich postaci, szarych w szarym świetle poranka, zdążających dokądś po prostych, opustoszałych drogach, dokąd – tego nie wiedzieliśmy. Od czasu do czasu dobiegały nas pojedyncze okrzyki i rozkazujące gwizdy. Nie znaleźliśmy jeszcze ich znaczenia. Wyobraźnia podsuwała mi obrazy szubienic z powieszonymi na nich ludźmi. Byłem przerażony, ale to nie miało znaczenia, jako że odtąd z każdym dniem musieliśmy przyzwyczajać się do coraz większych i bardziej przerażających potworności.

W końcu wjechaliśmy na stację. Początkową ciszę szybko przerwały głośno wykrzykiwane komendy. Od tego dnia mieliśmy już stale słyszeć te szorstkie, nieprzyjemne głosy rozlegające się raz za razem we wszystkich kolejnych obozach. Brzmiały zupełnie jak ostatnie wołanie ofiary, istniała jednak pewna różnica. Głosy te były zgrzytliwe, ochryple, jakby wydobywały się z gardeł ludzi nawykłych do krzyku, ludzi mordowanych raz za razem. Drzwi wagonów stały otworem i natychmiast do środka wpadł niewielki oddział więźniów. Mieli na sobie pasiaki, a ich głowy były ogolone, wyglądali jednak na dobrze odżywionych. Mówili wszystkimi możliwymi europejskimi językami, przejawiając pewne poczucie humoru, które wydawało się groteskowe w zaistniałych okolicznościach. Jak tonący chwytając się brzytwy, tak mój wrodzony optymizm (który często decydował o moich odczuciach nawet w najbardziej rozpaczliwych sytuacjach) kazał mi trzymać się kurczowo jednej myśli: „Ci więźniowie całkiem dobrze wyglądają, wydają się być w dobrych humorach, nawet się śmieją. Kto wie? Może uda mi się podzielić ich los”.

W psychologii istnieje zjawisko znane jako „iluzja odroczenia wyroku”. Na krótko przed egzekucją skazaniec ulega silnemu złudzeniu, że w ostatniej chwili zostanie ułaskawiony. My także czepialiśmy się rozpaczliwie podobnego złudzenia i do ostatniej chwili wierzyliśmy, że w obozie nie będzie aż tak źle. Już sam widok rumianych policzków i zaokrąglonych twarzy tamtych więźniów wystarczył, aby obudzić w nas nadzieję. Nie wiedzieliśmy jeszcze wtedy, że należą oni do starannie wybranej elity, przez lata witającej przybywające każdego dnia nowe transporty. Zajmowali się nowo przybyłymi i ich bagażem zawierającym skąpy dobytek, a czasami kilka sztuk przemyczonej biżuterii. Auschwitz musiało być niezwykle miejscem w Europie ostatnich lat wojny; unikatowe skarby ze złota i srebra, platyny oraz diamentów trafiały nie tylko do ogromnych obozowych magazynów, ale też w ręce esesmanów.

Półtora tysiąca nowych więźniów zamknięto następnie w baraku mogącym pomieścić najwyżej dwieście osób. Byliśmy zmarznięci i głodni. Brakowało miejsca, aby każdy mógł choćby przykucnąć na gołej ziemi, nie mówiąc już o położeniu się. Jeden stuczerdziestogramowy kawałek chleba musiał nam wystarczyć na cztery dni, a mimo to słyszałem, jak starsi rangą więźniowie pilnujący baraku targowali się z jednym z członków

„grupy powitalnej” o spinę do krawata, zrobioną z platyny i diamentów. Większość zapłaty została następnie wymieniona na alkohol – sznaps. Nie pamiętam już, ile tysięcy marek trzeba było wydać, aby otrzymać ilość sznapsa wystarczającą, żeby spędzić „wesoły wieczór”, wiem jednak, że tamci więźniowie, od lat przebywający w obozie, rzeczywiście potrzebowali alkoholu. Kto mógłby ich winić za to, że w podobnych okolicznościach próbowali się znieczulić? W obozie była jeszcze jedna grupa więźniów, która otrzymywała od esesmanów alkohol w praktycznie nieograniczonych ilościach: byli to ludzie pracujący w komorach gazowych i krematoriach, którzy zdawali sobie sprawę, że pewnego dnia zastąpi ich nowa zmiana, oni zaś będą musieli porzucić swą wymuszoną funkcję kłata i sami stać się ofiarami.

Niemal wszyscy przybyli w naszym transporcie żyli złudzeniem, iż w ostatniej chwili zostaną ułaskawieni i wszystko jednak dobrze się skończy. Nie rozumieliśmy znaczenia sceny, która już wkrótce miała się rozegrać na naszych oczach. Kazano nam zostawić bagaże w wagonach, stanąć w dwu szeregach – kobiety po jednej, mężczyźni po drugiej stronie – i przedfilować przed starszym rangą oficerem SS. Co zaskakujące, wystarczyło mi jeszcze odwagi, aby ukryć pod płaszczem swój chlebak. Jeden za drugim przechodziliśmy przed oficerem. Zdawałem sobie sprawę, że jeśli dostrzeże on schowaną pod moim płaszczem torbę, może się to dla mnie źle skończyć. W najlepszym wypadku mnie uderzy; wiedziałem o tym z własnego doświadczenia. Podchodząc do niego, instynktownie się wyprostowałem, żeby nie zauważył mojego brzemienia. W następnej chwili stanąłem z nim twarzą w twarz. Był to wysoki, szczupły mężczyzna; w swoim nieskazitelnym mundurze wyglądał na wysportowanego. Jakże wielki stanowił kontrast z nami, tak umęczonymi i brudnymi po długiej podróży! Oficer przybrał pozę swobodną i lekceważącą, podpierając prawy łokieć lewą dłonią. Prawą dłoń trzymał uniesioną i palcem wskazującym leniwie wskazywał to na prawo, to na lewo. Nikt z nas choćby w najmniejszym stopniu nie zdawał sobie wtedy sprawy ze złowieszczonego znaczenia łagodnych ruchów tego wyprostowanego palca, wskazującego to na prawo, to na lewo, lecz coraz częściej na lewo.

Nadeszła moja kolej. Ktoś szeptem poinformował mnie, że skierowanie w prawo oznaczało pracę, na lewo zaś odsyłani byli wszyscy chorzy i niezdolni do pracy, którzy mieli zostać przewiezieni do innego obozu. Rezygnowany postanowiłem spokojnie czekać na to, co przyniesie los; jak się później okazało, w przyszłości miałem wielokrotnie postępować w podobny sposób. Ciężar chlebaka sprawiał, że przechylałem się lekko w lewą stronę, starałem się jednak ze wszystkich sił prosto maszerować. Esesman obrzucił mnie wzrokiem, następnie jakby się zawahał i oparł mi obie dłonie na ramionach. Usiłowałem nadać swojemu spojrzeniu pewny siebie wyraz. Oficer obrócił mnie wolno, bardzo wolno, aż stanąłem zwrócony twarzą w prawą stronę i na tę też stronę przeszedłem.

Wieczorem objaśniono nam znaczenie tej zabawy ze wskazywaniem więźniów palcem. Było

to nic innego jak pierwsza selekcja – oto po raz pierwszy zapadł wyrok decydujący o czyimś istnieniu bądź zagładzie. Dla przeważającej większości naszego transportu, około 90 procent, oznaczał on śmierć. Wyrok wykonano w ciągu najbliższych kilku godzin. Ci, którzy miano stanąć po lewej stronie, prosto ze stacji zostali odprowadzeni do krematorium. Jak się później dowiedziałem od kogoś, kto tam pracował, na drzwiach budynku widniały tablice z napisem „łaźnia” w kilku europejskich językach. Przy wejściu każdy więzień dostawał kawałek mydła, a potem... litościwie powstrzymam się od opisywania wydarzeń, które potem następowały. Koszmar ten był już wystarczająco często opisywany.

Ci, którzy ocalili – zdecydowana mniejszość naszego transportu – dopiero wieczorem odkryli prawdę. Zapytałem więźniów, którzy przebywali już jakiś czas w obozie, dokąd to zabrano mojego kolegę po fachu i przyjaciela, P.

– Skierowano go na lewo?

– Tak – odparłem.

– W takim razie zaraz go zobaczysz – usłyszałem.

– Gdzie? – Czyjaś ręka wskazała oddalony o kilkaset metrów od nas komin, z którego prosto w szare, polskie niebo strzelał słup ognia, by po chwili rozwiać się w złowrogą chmurę dymu.

– Tam jest teraz twój przyjaciel, w drodze do nieba – brzmiała odpowiedź. Ja jednak wciąż niczego nie rozumiałem, dopóki nie wytłumaczono mi tego w bardziej dosadny sposób.

Ale wybiegam zanadto naprzód. Z psychologicznego punktu widzenia czekała nas jeszcze bardzo długa droga, począwszy od tamtego świtu na stacji do naszego pierwszego wieczornego spoczynku w obozie.

Eszkortowani przez esesmanów z załadowanymi do strzału karabinami zostaliśmy zmuszeni, aby biegiem opuścić peron, a następnie popędzono nas wzdłuż znajdujących się pod napięciem drutów kolczastych, przez obóz, aż do miejsca, gdzie odbywała się kąpiel i dezynfekcja; na tych z nas, którzy pozytywnie przeszli pierwszą selekcję, czekała tu prawdziwa łaźnia. I znowu nasza nadzieja na odroczenie wyroku znalazła swoje potwierdzenie. Towarzyszący nam esesmani sprawiali wrażenie niemal czarujących. Wkrótce jednak odkryliśmy przyczynę takiego stanu rzeczy. Byli dla nas mili tak długo, jak długo widzieli na naszych przegubach zegarki; przekonali nas wówczas życzliwym tonem, abyśmy je oddali. Myśleliśmy wówczas, że przecież i tak przyjdzie nam oddać cały dobytek, a skoro tak, to czemu nie oddać zegarka w ręce stosunkowo życzliwego człowieka? Kto wie, może pewnego dnia nam się za to odwdzięczy.

Czekaliśmy w szopie, która wyglądała jak przedsionek łaźni. Nagle zjawili się esesmani i rozłożyli przed nami koce, na które rozkazywali rzucać wszystkie rzeczy osobiste, zegarki i biżuterię. Wśród nas wciąż znajdowali się naiwni, którzy pytali, ku rozbawieniu bardziej doświadczonych więźniów obecnych tam jako pomocnicy strażników, czy nie mogliby zatrzymać obrączki,

odznaczenia albo osobistego talizmanu. Nikt jeszcze nie pojmował, że już wkrótce absolutnie wszystko zostanie nam odebrane.

Ja sam podjąłem próbę zawierzenia jednemu ze starszych więźniów. Zbliżywszy się do niego ukradkiem, pokazałem mu zwój papierów w wewnętrznej kieszeni płaszcza i powiedziałem: – Proszę spojrzeć, to rękopis książki naukowej. Wiem, co pan zaraz powie: powinienem się cieszyć z tego, iż uszedłem z życiem i że nie mogę oczekiwać od losu niczego więcej. Ale to silniejsze ode mnie. Za wszelką cenę muszę zachować ten rękopis, to owoc pracy całego mojego życia. Czy pan to rozumie?

Wydawało się, że mój rozmówca rzeczywiście zaczyna coś rozumieć. Z wolna jego twarz rozciągnęła się w uśmiechu, najpierw pełnym pożałowania, potem coraz bardziej rozbawionym, wręcz kpiącym, obraźliwym, a potem z jego ust padło tylko jedno słowo, słowo wszechobecne w słowniku obozowych więźniów: „Gówno!”. W tej samej chwili rozumiałem okrutną prawdę i zrobiłem coś, co uznałem później za punkt kulminacyjny pierwszego etapu moich psychicznych reakcji: przekreśliłem całe moje dotychczasowe życie.

Nagle poruszenie dało się dostrzec wśród moich współtowarzyszy, którzy stali wokół mnie z bladymi, przełkniętymi twarzami, bezradnie nad czymś debatując. Po raz kolejny rozległy się ochryple wykrzykiwane komendy. Uderzeniami zagnano nas do bezpośredniego przedsiönka łaźni. Tam zgromadziliśmy się wokół eses-mana, który czekał, aż wszyscy znajdą się w środku. Dopiero wówczas oznajmił: – Daję wam dwie minuty z zegarkiem w rękę. W ciągu tych dwóch minut macie się rozebrać do naga i rzucić ubranie na podłogę tam, gdzie stoicie. Nie zabierzecie ze sobą niczego, z wyjątkiem butów, pasków i podwiązek, ewentualnie pasów ortopedycznych. Zaczynam odliczanie – w tej chwili!

Z niewyobraźnym pośpiechem ludzie zaczęli zdierać z siebie ubranie. W miarę nieubłaganego upływu czasu stawaliśmy się coraz bardziej nerwowi, niezdarnie ściągając z siebie bieliznę, szarpiąc za paski i sznurowadła. W pewnym momencie usłyszeliśmy pierwsze odgłosy chłosty – skórzane pasy spadały wprost na nasze nagie ciała.

Po chwili przegoniono nas do innego pomieszczenia, gdzie mieliśmy zostać ogoleni. Dotyczyło to nie tylko naszych głów; na całym ciele nie miał prawa pozostać ani jeden włos. Następnie przyszła kolej na prysznice, gdzie znowu ustawiono nas rzędami. Z trudem rozpoznawaliśmy siebie nawzajem, lecz ku wielkiej uldze niektórych z nas okazało się, że z pryszniców ciurka woda.

Gdy tak czekaliśmy na kąpiel, uderzyła nas nasza własna nagość: rzeczywiście, nie posiadaliśmy teraz niczego z wyjątkiem naszych nagich ciał, огоłoconych nawet z włosów; jedyną rzeczą, której nam nie odebrano, była – dosłownie – nasza naga egzystencja. Zapytanie, czy pozostawiono nam cokolwiek, co mogłoby stanowić ma-terialny łącznik z naszym dotychczasowym życiem? W moim przypadku były to okulary i pasek; ten ostatni przyszło mi

później wymienić na kawałek chleba. Właściciele pasów ortopedycznych nie wiedzieli jeszcze, że czekają ich dodatkowe emocje. Wieczorem więzień funkcyjny odpowiadający za nasz barak wygłosił na nasze powitanie mowę, w której dał nam słowo honoru, że osobiście powiesi „na tej belce” – mówiąc to wskazał na sufit – każdego, kto zaszył w swoim pasie pieniądze lub kosztowności. Z dumą oznajmił nam, że z uwagi na czas, jaki spędził w obozie, uprawnia go do tego obozowy regulamin.

Jeśli chodzi o buty, sprawa nie była wcale taka prosta. Choć teoretycznie wolno nam było je zatrzymać, posiadacze nieco bardziej przyzwoitego obuwia zmuszeni byli je oddać, a w zamian otrzymywali buty, które w ogóle na nich nie pasowały. Ale prawdziwe kłopoty czekały tych, którzy posłuchali z pozoru życzliwej rady (udzielonej im przed wejściem do łazni przez starszych stażem więźniów), aby skrócić swoje oficerki poprzez odcięcie cholewki zaszmarować krawędzie mydłem w celu ukrycia tego aktu sabotażu. Esesmani zdawali się tylko czekać na taką okazję. Wszystkich podejrzanych o tę zbrodnię odprowadzono do sąsiedniego pomieszczenia. Po pewnym czasie ponownie dobiegły nas stamtąd odgłosy chłosty i rozpaczliwe krzyki torturowanych ludzi. Tym razem trwało to trochę dłużej.

Tak oto jedno po drugim rozwiewały się nasze kolejne złudzenia i nagle, całkiem niespodziewanie, u większości z nas do głosu doszedł czarny humor. Zdawaliśmy sobie sprawę, że nie mamy nic do stracenia – nic poza własnym życiem, tak absurdalnie odartym z wszelkiej godności. Kiedy z prysznicy pociekła woda, ze wszystkich sił próbowaliśmy wykrzesać z siebie odrobinę radości, żartując z siebie i innych. Jakby nie było, z sitek nad naszymi głowami płynęła prawdziwa woda!

Poza tym zaskakującym przyływem czarnego humoru daliśmy się ponieść jeszcze jednemu uczuciu: ciekawości. Doświadczylem już kiedyś czegoś podobnego – ciekawości jako fundamentalnej reakcji na pewne niezwykle okoliczności. Gdy podczas wspinaczki w górach moje życie było zagrożone, w krytycznym momencie odczuwałem tylko jedno: ciekawość. Byłem ciekaw, czy przeżyję, a jeśli tak, to czy wyjdę z tego z pękniętą czaszką, czy z innymi urazami.

Chłodna ciekawość królowała nawet w takim miejscu jak Auschwitz, zubożniając niejako człowieka na otaczającą go rzeczywistość; dzięki temu można było spoglądać na nią z pewną dozą obiektywizmu. W owym czasie kultywowaliśmy w sobie ów stan umysłu, traktując go jako rodzaj psychicznej samoobrony. Wszyscy obawialiśmy się, co spotka nas w przyszłości – na przykład konsekwencji tego, że stoimy oto na dworze całkiem nadzy, wciąż mokrzy po kąpiel, drżący w chłodnym, późnojesiennym powietrzu. W ciągu kolejnych kilku dni ciekawość nasza ewoluowała, ustępując miejsca zdziwieniu – zdziwieniu na myśl, że jednak się nie przeziębiliśmy.

Nowo przybyłych czekało w obozie wiele takich niespodzianek Ci spośród nas, którzy mieli

wykształcenie medyczne, przekonali się przede wszystkim o jednym: „Podręczniki kłamią!”. Mówi się, że człowiek umiera, jeśli pozbawić go snu przez określoną liczbę godzin. Nic podobnego! Wcześniej trwałem w przekonaniu, że pewnych rzeczy po prostu nie jestem w stanie zrobić: nie zasnę bez tego, nie przeżyję bez tamtego... Naszą pierwszą noc w Auschwitz spędziliśmy na piętrowych pryczach. Na każdej pryczy (o wymiarach około dwa na dwa i pół metra) spało, bezpośrednio na gołych deskach, dziewięć osób. Każda dziewiątka musiała dzielić między sobą dwa łóżca. Rzecz jasna, mogliśmy leżeć wyłącznie na boku, stłoczeni i przyciśnięci do siebie, co miało pewne zalety z uwagi na przenikliwy ziąb. Chociaż wnoszenie butów na prycze było zabronione, niektórzy używali ich potajemnie zamiast poduszek, choć całe były oblepione błotem. W przeciwnym razie głowa śpiącego musiałaby spoczywać w zgięciu niemalże wykręconego ramienia. A mimo to sen jednak przychodził i choć na parę godzin przynosił zapomnienie i ulgę w cierpieniu.

Chciałbym wspomnieć w tym miejscu o kilku innych zaskakujących zjawiskach, które dowodzą, jak wiele jest w stanie znieść człowiek w obozie: nie mogliśmy myć zębów, a jednak pomimo to i na przekór dotkliwemu brakowi witamin nasze dziąsła były zdrowsze niż kiedykolwiek. Przez pół roku nosiliśmy te same koszule, dopóty, dopóki nie zamieniły się w łachmany. Z powodu zamrożonych rur całymi dniami nie mieliśmy możliwości się wykąpać czy choćby częściowo podmyć, a jednak rany i otarcia na dłoniach, które nieustannie były brudne od kopania w ziemi, nie ropiały (oczywiście o ile w grę nie wchodziły odmrożenia). Człowiek mający dotychczas lekki sen i budzony bodaj najlżejszym hałasem dochodzącym zza ściany leżał teraz wtulony we współtowarzysza, który głośno chrapał o parę centymetrów od jego ucha, i jakby nigdy nie spał głębokim snem.

Gdyby ktoś nas zapytał, na ile prawdziwe jest słynne zdanie Dostojewskiego, który beznamiętnie twierdził, iż człowiek jest istotą zdolną przyzwyczaić się absolutnie do wszystkiego, odparlibyśmy: „Tak, człowiek może przyzwyczaić się do wszystkiego, lecz nie pytajcie nas, jak to się dzieje”. Na razie jednak nasze badania psychologiczne nie zaprowadziły nas daleko; również my, więźniowie, nie zbliżyliśmy się jeszcze do owego stanu. Nadal znajdowaliśmy się na pierwszym etapie naszych reakcji psychicznych.

W tej fazie niemal każdy, choćby przez chwilę, rozważał możliwość odebrania sobie życia. Myśl o samobójstwie rodziła się pod wpływem beznadziejności sytuacji, w jakiej się znaleźliśmy, ciągłego śmiertelnego zagrożenia, wiszącego nad nami każdego dnia, w każdej godzinie, oraz bliskości śmierci, która tak często dotykała innych wokół nas. Ze względu na osobiste przekonania, o których będzie mowa później, już pierwszego wieczoru w obozie poprzysięgłem sobie uroczyście, że „nie rzucę się na druty”. Tak nazywano w obozie najbardziej powszechną metodę samobójstwa polegającą na dotknięciu znajdującego się pod wysokim napięciem ogrodzenia

z drutu kolczastego. Podjęcie takiej decyzji nie było wcale trudne. Odbieranie sobie życia nie miało większego sensu, skoro dla przeciętnego więźnia szanse przeżycia – kalkulując obiektywnie i biorąc pod uwagę wszystkie możliwości – i tak były przecież bardzo niskie. Człowiek nie mógł mieć żadnej pewności, że znajdzie się w tym nielicznym gronie, które przetrwa wszystkie selekcje. Więzień Auschwitz w pierwszej fazie szoku nie bał się śmierci. Przez pierwszych kilka dni nie przerażały go nawet komory gazowe – w końcu to one stanowiły przyczynę, dla której nie posuwał się do samobójstwa.

Znałomi, z którymi się później spotykałem, opowiadali mi, że byłem jednym z tych więźniów, na których pierwszy szok po przybyciu do obozu nie wpłynął szczególnie przygnębiająco. Uśmiechałem się tylko, i to całkiem szczerze, będąc świadkiem pewnego zdarzenia, jakie miało miejsce rankiem po naszej pierwszej nocy spędzonej w Auschwitz. Wbrew wyraźnemu zakazowi opuszczania „bloku”, jednemu z mych kolegów po fachu, który przebywał w obozie już od kilku tygodni, udało się jakoś „przeszmuglować” do naszego baraku. Chciał nas uspokoić, pocieszyć i uprzedzić o paru sprawach. Wychudł do tego stopnia, że w pierwszej chwili w ogóle go nie poznaliśmy. On zaś, demonstrując dobry humor i niefrasobliwość, udzielił nam pośpiesznie kilku dobrych rad: – Nie bójcie się! Nie obawiajcie się selekcji! Doktor M. (szef medyczny SS) ma słabość do lekarzy (mylił się: życzliwe słowa mego znajomego wprowadziły nas w błąd. Jeden z więźniów, lekarz na tak zwanym rewirze, liczący sobie około sześćdziesięciu lat, opowiadał mi, jak błagał doktora M., aby ocalił jego syna, który był przeznaczony do gazu. Doktor M. chłodno mu odmówił).

– Błagam was tylko o jedno – mówił dalej mój kolega. – Gólcie się codziennie, jeśli to możliwe, nawet gdybyście musieli używać do tego kawałka szłaka... Nawet gdyby kosztowało to was ostatnią kromkę chleba. Dzięki temu będziecie młodziej wyglądali, a wasze policzki będą robiły wrażenie zarumienionych. Tutaj jest tylko jeden sposób, żeby przeżyć: trzeba wyglądać na zdolnego do pracy. Nawet jeśli będziecie tylko lekko utykać, bo – powiedzmy – zrobił się wam na pięcie mały pęcherz, a esesman to zauważy, każe wam przejść na boki możecie być pewni, że następnego dnia zostanieie zagazowani. Wiecie, co tutaj znaczy być „muzułmaninem”? To ktoś, kto źle wygląda, jest wyczerpany, chory, wychudzony i kto nie nadaje się już do ciężkiej pracy fizycznej... To właśnie jest „muzułmanin”. Prędej czy później – zazwyczaj prędzej – każdy „muzułmanin” trafia do komory gazowej. Pamiętajcie więc: macie się golić, stać prosto i równo chodzić, a wtedy nie będziecie musieli obawiać się zagazowania. Wszyscy, jak tu stoicie, mimo że jesteście tu dopiero od dwudziestu czterech godzin, nie musicie bać się zagazowania – może z wyjątkiem ciebie. – Mówiąc to, wskazał na mnie. – Mam nadzieję, że nie masz mi za złe szczerości. – A zwracając się do pozostałych, dodał: – Z was wszystkich on jest jedynym, który musi obawiać się następnej selekcji. Więc już się nie martwcie!

Ja zaś się uśmiechnąłem. Dzisiaj jestem przekonany, że każdy inny na moim miejscu zrobiłby tego dnia to samo.

Wydaje mi się, że to Lessing powiedział: „Istnieją rzeczy, w obliczu których musimy tracić rozsądek; w przeciwnym razie okazałoby się, że już dawno go straciliśmy”. Nienormalna reakcja na nienormalną sytuację jest normą. Nawet my, psychologowie, spodziewamy się, że w sytuacji nienormalnej, jaką jest na przykład pobyt w zakładzie zamkniętym, reakcja człowieka będzie nienormalna wprost proporcjonalnie do stopnia jego normalności. Reakcja człowieka, który nagle znalazł się w obozie koncentracyjnym, również jest odzwierciedleniem nienormalnego stanu umysłu, lecz obiektywnie rzecz biorąc, jest ona reakcją normalną i – jak zostanie dowiedzione później – typową dla danej sytuacji. Opisywane przeze mnie reakcje ulegały zmianie na przestrzeni kilku dni. Więzień przechodził od etapu pierwszego do drugiego; było to stadium względnej apatii, kiedy to człowiek doznaje czegoś na kształt emocjonalnej śmierci.

Poza już przedstawionymi reakcjami nowo przybyły więzień dręczony był przez inne, niezmiernie bolesne odczucia, które usiłował w sobie zagłuszyć. Przede wszystkim dołączała mu ogromna tęsknota za domem i rodziną. Była ona często tak przejmująca, że człowiek wręcz umierał z tęsknoty. Do tego dochodziła odraza – odraza na widok otaczającej go zewsząd ohydy, w tym jej czysto zewnętrznych przejawów.

Wszyscy więźniowie otrzymywali pasiaki – były to łachmany, przy których ubiór stracha na wróble prezentowałby się naprawdę elegancko. Teren obozu między barakami pokrywał najgorszy brud, a im bardziej człowiek starał się go uprzątnąć, tym bardziej sam stawał się brudny. Popularną praktyką było wcielanie nowo przybyłych do komanda, które zajmowało się czyszczeniem latryn i usuwaniem nieczystości. Gdy podczas przewożenia ekskrementów po wyboistym gruncie – jak się to często zdarzało – zawartość beczki chlusnęła temu czy innemu więźniowi w twarz, jakakolwiek oznaka odrazy lub próba wytarcia się pociągała za sobą natychmiastową karę – cios wymierzony przez czujnego łapo. W ten sposób zubożenie naturalnych reakcji postępowało znacznie szybciej.

Początkowo nowy więzień odwracał wzrok, widząc karny przemarsz innej grupy; nie mógł znieść widoku współwięźniów maszerujących godzinami w tę i z powrotem w głębokim błocie, poganianych brutalnymi uderzeniami. Po kilku dniach czy tygodniach wszystko to się zmieniało. Wczesnym rankiem, gdy jeszcze było ciemno, więzień stawał przed bramą wraz ze swym komandem, gotów do wymarszu. Słyszał krzyki i widział, jak jego towarzysz upada, jest stawiany na nogi, lecz kolejny cios sprawia, że znów się przewraca – i dlaczego? Bo miał gorączkę i o niewłaściwej porze zgłosił się do lazaretu. Karano go w ten sposób za nieuczciwą próbę wymigania się od swoich obowiązków.

Lecz więzień znajdujący się na drugim etapie psychicznych reakcji nie odwraca już wzroku. Jego odczucia zubożały i niewzruszony obserwuje rozgrywającą się przed nim scenę. Inny przykład: więzień oczekuje na przyjęcie w lazarecie. Ma nadzieję, że z uwagi na swe urazy, obrzęk czy gorączkę zostanie skierowany na dwa dni do lżejszej pracy na terenie obozu. Niewzruszony patrzy, jak wnoszą dwunastoletniego chłopca, zmuszonego całymi godzinami stać na baczność na śniegu albo pracować boso na zewnątrz, gdyż w całym obozie nie było dla niego butów. Ma odmrożone palce u nóg i dyżurny lekarz jeden po drugim oddziera szczypcami czarne, gangrenowate kikuty. Obrzydzenie, przerażenie i współczucie to emocje, których nasz widz już właściwie nie odczuwa. Po kilku tygodniach życia w obozie cierpiący, umierający i umarli stają się dla niego tak pospolicym widokiem, że nic go już nie wzrusza.

Spędziłem pewien czas w baraku dla chorych na tyfus. Gorączkowali, często majaczyli, wielu z nich było umierających. Jeden z nich właśnie skonał, a ja bez żadnych emocji obserwowałem scenę, która powtarzała się w takim przypadku raz za razem. Jeden po drugim więźniowie podchodzili do wciąż ciepłego ciała. Jeden pochwycił niedojedzone resztki kartofli; inny uznał, że drewniane chodaki trupa są lepsze niż jego własne obuwie, więc je zamienił; trzeci zrobił to samo z kurtką zmarłego; a jeszcze inny bardzo się cieszył, że udało mu się zdobyć kawałek – prosił o sobie wyobrazić! – prawdziwego sznurka.

Obserwowałem to wszystko nieporuszony. Na koniec poprosiłem „pielęgniara”, żeby zabrał ciało. On zaś chwycił trupa za nogi, pozwalając mu spaść w wąskie przejście między dwoma rzędami desek pełniących funkcję łóżek dla pięćdziesięciu chorych na tyfus i powłókł ciało po nierównym klepisku na stronę drzwi. Dwa stopnie schodów prowadzących na zewnątrz zawsze stanowiły problem, jako że wszyscy byliśmy wyczerpani z powodu chronicznego niedożywienia. Po kilku miesiącach pobytu w obozie nie byliśmy w stanie pokonać tych dwóch stopni, mierzących jakieś piętnaście centymetrów każdy, nie opierając rąk o framugi, żeby się podciągnąć.

Pielęgniarz zbliżył się zatem do schodów i z wysiłkiem podciągnął do góry. Następnie wciągnął na schody ciało: najpierw stopy, potem tułów. Wreszcie, wydając przy tym niesamowity, grzechoczący odgłos, głowa trupa, podskakując, pokonała dwa kamienne stopnie.

W tym czasie znajdowałem się po przeciwnej stronie baraku, w pobliżu jedyne okienka wbudowanego w ścianę tuż nad podłogą. Zaciskając zmarznięte dłonie na misce gorącej zupy, pożywiałem się łapczywymi łykami. Nagle spojrzałem w okno. Trup, który dopiero co został wyniesiony na zewnątrz, wpatrywał się we mnie szklanymi oczyma. Dwie godziny wcześniej rozmawiałem jeszcze z tym człowiekiem; teraz spokojnie jadłem zupę.

Nie pamiętałbym dzisiaj tego zdarzenia, gdyby ów brak emocjonalnej reakcji nie wzbudził

mojego zawodowego zainteresowania – tak nieistotne mi się ono wówczas wydawało.

Apatia, stępienie emocji i poczucie, że nic już nas nie obchodzi – objawy te nasilały się podczas drugiego etapu psychicznych reakcji więźnia, pozwalając mu uodpornić się na codzienne cierpienia i bicie. Nabyty brak wrażliwości pozwalał mu otoczyć się jakże wówczas niezbędnym pancerzem ochronnym.

Wystarczył najmniejszy pretekst, aby zasłużyć na bicie, a czasem powód nie był nawet potrzebny. Na przykład: chleb racjonowany był w miejscu pracy i musieliśmy ustawiać się po niego w kolejce. Pewnego razu człowiek stojący za mną wysunął się nieco w bok z szeregu i ten brak symetrii wielce nie spodobał się pilnującemu nas esesmanowi. Nie wiedziałem, co działo się za moimi plecami ani w umyśle strażnika, ale nagle na moją głowę spadły dwa silne uderzenia. Dopiero wtedy zauważyłem stojącego obok esesmana z pałką w ręce. W takich chwilach ból fizyczny nie jest najbardziej dojmujący (dotyczy to zarówno dorosłych, jak i karanych dzieci); najgorsze jest psychiczne cierpienie wywołane poczuciem niesprawiedliwości, niedorzecznością danej sytuacji.

Co ciekawe, cios, który chybiał celu, potrafił być – w pewnych okolicznościach – bardziej bolesny niż ten, który weń trafiał. Stałem kiedyś na torach kolejowych w szalejącej śnieżycy. Pomimo niesprzyjającej pogody nasze komando musiało kontynuować pracę. Wkładałem więc cały wysiłek w sypanie żwiru między podkłady, jako że był to jedyny sposób, żeby się jakoś rozgrzać. W pewnym momencie przerwałem, aby złapać oddech i oparłem się na szpadlu. Niestety, w tej samej chwili strażnik odwrócił się w moją stronę i uznał, że się lenię. Ból, który wówczas poczułem, nie był wywołany obelgami czy biciem. Tamten strażnik nie zadał sobie trudu, aby rzucić choćby jedno słowo, bodaj jedno przekleństwo, w kierunku stojącej przed nim wynędzniałej postaci, zapewne tylko z grubsza przypominającej człowieka. Zamiast tego wołał podnieść kamień i cisnąć nim we mnie od niechcenia. W moim odczuciu gest ten równał się przywołaniu do porządku zwierzęcia; tak samo zapędza się czasem do pracy bydło. W oczach tego człowieka byłem stworzeniem, z którym łączyło go tak niewiele, że wręcz szkoda mu było zachodu, by je ukarać.

Najbardziej bolesną rzeczą w biciu jest zamierzona obraza, jakiej jest ono wyrazem. Pewnego razu musieliśmy taszczyć długie, ciężkie dźwigary po oblodzonych torach. Poślizgnięcie się jednego z nas groziło upadkiem nie tylko jemu, ale wszystkim dźwigającym to samo brzemię. Jeden z moich dobrych znajomych cierpiał na wrodzoną dysplazję stawu biodrowego. Cieszył się jednak, że mimo wszystko jest w stanie pracować, jako że podczas selekcji prawie wszyscy niesprawni fizycznie byli posyłani na śmierć w komorze gazowej. Tego dnia kuśtykał jednak z trudem po torach, uginając się pod szczególnie ciężkim dźwigarem; wyglądało na to, że

w każdej chwili może upaść i pociągnąć innych za sobą. Ponieważ niczego akurat nie niosłem, bez namysłu skoczyłem mu na pomoc. Niemal natychmiast otrzymałem silne uderzenie w plecy i usłyszałem surowy głos nakazujący mi powrót na miejsce. Kilka minut wcześniej ten sam strażnik, który mnie uderzył, oznajmił nam z pogardą, że takim „świnio” jak my brakuje ducha koleżeńskiej współpracy.

Kiedy indziej, w lesie, przy temperaturze minus szesnastu stopni Celsjusza, przekopywaliśmy zmarzniętą na kamień ziemię pod rury doprowadzające wodę. Byłem już wówczas bardzo wyczerpany fizycznie. Nagle podszedł do mnie pilnujący nas kapo o puciołowatych, zaróżowionych policzkach. Jego twarz wyglądała, wypisz wymaluj, jak ryj świni. Zauważyłem, że przed dotkliwym mrozem chronią go wspaniałe, ciepłe rękawice. Przez chwilę przyglądał mi się w milczeniu. Instynktownie wyczułem zbliżającą się burzę; tuż przede mną leżała bowiem skiba ziemi stanowiąca wyraźny dowód na to, ile już przekopałem.

– Ty świnio – zaczął tamten. – Cały czas cię obserwuję! Poczekaj, nauczę cię jeszcze pracować jak należy! Niedługo będziesz gryzł tę ziemię – umrzesz tu jak zwierzę! W dwa dni cię wykończę! Nigdy w życiu nie kiwnąłeś palcem. Kim dawniej byłeś, świnio? Przedsiębiorcą?

Nie dbałem już o to, co się ze mną stanie, musiałem jednak poważnie potraktować jego groźbę, wyprostowałem się więc i patrząc mu prosto w oczy odparłem: – Byłem lekarzem specjalistą.

– Co takiego? Lekarzem? Założę się, że wyciągnąłeś od ludzi mnóstwo pieniędzy.

– Tak się składa, że pracowałem głównie za darmo, w szpitalach dla ubogich. – Było to już o jedno zdanie za dużo. Kapo rzucił się na mnie i przewrócił na ziemię, wydzierając się przy tym jakopętany. Nie pamiętam już, co takiego wykrzykiwał.

Na przykładzie tej jakże banalnej historii pragnę pokazać, że bywały takie chwile, gdy nawet pozornie zahartowani i zobojętniali więźniowie dawali się ponieść oburzeniu – oburzeniu wynikającemu nie z doznanych okrucieństw czy bólu, lecz wywołanym towarzyszącymi im obelgami. Tamtego dnia krew uderzyła mi do głowy, ponieważ musiałem wysłuchiwać, jak człowiek, który nie miał pojęcia o tym, kim jestem i kim byłem, osądza moje życie; na dodatek był to człowiek (w tym miejscu muszę się do czegoś przyznać: komentarz, który zamierzam zacytować, a którym podzieliłem się ze współwięźniami wkrótce po tym incydencie, sprawia mi iście dziecienną satysfakcję) „tak prymitywny i brutalny, że pielęgniarka z ambulatorium mojego szpitala nie wpuściłaby go za próg poczekalni”.

Na szczęście kapo sprawujący pieczę nad naszym komandem był mi życzliwy; polubił mnie, bo cierpliwie wysłuchiwałem opowieści o jego miłosnych podbojach i kłopotach małżeńskich, którymi zasypywał mnie podczas naszych długich marszów na miejsce robót. Był też pod wrażeniem mojej oceny jego charakteru i moich psychoterapeutycznych porad. W związku

z tym odczuwał wobec mnie coś w rodzaju wdzięczności, a to już wcześniej nieraz okazało się dla mnie bezcenne. W przeszłości kilkakrotnie zajmował dla mnie miejsce obok siebie w jednym z pierwszych pięciu rzędów podczas apelu naszego bloku liczącego zwykle dwustu osiemdziesięciu mężczyzn. Musieliśmy ustawiać się na placu wczesnym świtem, gdy na zewnątrz było jeszcze ciemno. Wszyscy jak ognia baliśmy się spóźnienia i konieczności stania w ostatnich rzędach. Gdy trzeba było wyznaczyć ludzi do nieprzyjemnej czy nielubianej pracy, zjawiał się główny kapo i zazwyczaj wybierał potrzebnych mężczyzn właśnie z ostatnich rzędów. Musieli oni odmaszerować do innej, szczególnie znieawidzonej roboty, pod okiem obcych strażników. Zdarzało się, że główny kapo wybierał też więźniów z pierwszych pięciu rzędów, tylko dlatego żeby dać nauczkę tym, którzy usiłowali go przechytrzyć. Wszelkie protesty i błagania uciszane były kilkoma celnymi kopniakami, a wybrane ofiary pędzono na miejsce zbiórki przy wtórze wrzasków i uderzeń pałką.

Dopóki jednak „mój” kapo odczuwał potrzebę zwierzeń, dopóty udawało mi się unikać podobnego losu, miałem bowiem zagwarantowane honorowe miejsce u jego boku. Były również inne zalety tej sytuacji. Podobnie jak przeważająca większość więźniów obozu, również i ja cierpiałem na obrzęki. Moje nogi były tak spuchnięte, a skóra na nich tak naciągnięta, że zginanie kolan przychodziło mi z wielkim trudem. Nie mogłem zawiązywać butów, bo w przeciwnym razie nie wcisnąłbym w nie swoich obrzmiałych stóp. Gdybym miał skarpetki, i tak nie byłbym w stanie ich założyć – zwyczajnie nie zmieściłyby się w butach. Toteż moje częściowo odkryte, nagie stopy były zawsze mokre, a buty wciąż pełne śniegu. To zaś, rzecz jasna, powodowało odmrożenia i odmroziny. Każdy krok stawał się wówczas torturą. Podczas marszu przez pokryte śniegiem pola na naszych butach tworzyły się grudy lodu. Co rusz komuś zdarzało się pośliznąć, a wówczas inni również się potykali i wpadali na niego. Kolumna przystawała wtedy, ale nie na długo. Któryś ze strażników błyskawicznie zaprowadzał porządek i za pomocą kolby karabinu zmuszał więźniów do sprawnego powstania. Im bliżej czoła kolumny, tym rzadziej było się narażonym na te niespodziewane przestoje, a w konsekwencji na nadrabianie straconego czasu biegiem, na obolałych nogach. Czułem się naprawdę szczęśliwy w roli osobiście mianowanego lekarza Jego Wysokości Kapo, gdy mogłem maszerować w pierwszym rzędzie przez nikogo niepoganiany.

W ramach dodatkowego wynagrodzenia za swoje usługi mogłem być pewien, że podczas codziennego przydziału zupy w terenie, kiedy nadejdzie moja kolej, kapo zanurzy chochłę głębiej, aż do samego dna kotła, i wyłowi dla mnie kilka ziaren grochu. Ów kapo, były oficer wojska, zdobył się nawet na odwagę, aby szepnąć na ucho swojemu koledze – temu samemu, któremu się wcześniej postawiłem – że jestem nadzwyczaj dobrym robotnikiem. Niewiele mi to wówczas pomogło, niewątpliwie jednak ocaliło mi życie (był to jeden z wielu takich

przy padków). Nazajutrz po wspomnianym incydencie „mój” kapo przeschmuglował mnie do innego komanda.

Bywali też kapo, którzy się nad nami litowali i robili wszystko, co było w ich mocy, aby nam ulżyć, przynajmniej na placu budowy. Lecz nawet oni bez przerwy przypominali nam, że zwykły robotnik wykonuje kilkakrotnie więcej pracy od nas, i to w znacznie krótszym czasie. Okazywali jednak zrozumienie, gdy tłumaczyliśmy im, że zwykły robotnik nie jest zmuszony przetrwać o trzystu gramach chleba (teoretycznie – w praktyce często bywało go mniej) oraz niecałym litrze cienkiej zupy dziennie; zwykły robotnik nie musiał żyć w potwornym stresie, w jakim my żyliśmy, nieświadom losu swoich najbliższych, którzy trafili do innego obozu lub zostali od razu po przyjeździe zagazowani; zwykłemu robotnikowi nie groziła wreszcie śmierć – dzień w dzień, godzina po godzinie. Ośmieliłem się wręcz powiedzieć kiedyś pewnemu życzliwemu kapo: „Gdyby nauczył się pan ode mnie przeprowadzać operację na otwartym mózgu równie szybko, jak ja uczę się od pana budować tę drogę, miałbym dla pana ogromny szacunek”. On zaś uśmiechnął się w odpowiedzi.

Apatia, główny symptom drugiego etapu adaptacji do życia w obozie, stanowiła konieczny mechanizm obronny. Rzeczywistość bladła, a wszystkie wysiłki i emocje były skoncentrowane na jednym tylko zadaniu: zachować własne życie i życie bliskiego sobie człowieka od zagłady. Często słyszało się, jak więźniowie, zaganiani po pracy pod wieczór z powrotem do obozu, wdychają z ulgą: „No to przeżyliśmy kolejny dzień!”.

Łatwo pojąć, że egzystencja w stanie podobnego napięcia psychicznego, w połączeniu z ciągłą koniecznością skupiania się na podstawowym celu, jakim było przetrwanie, wymuszała na więźniach prymitywizację ich życia wewnętrznego. Kilku z przebywających ze mną w obozie kolegów po fachu, którzy posiadli wiedzę z zakresu psychoanalizy, często wspominało mi o obserwowanej u więźniów „regresji” – ucieczce w bardziej prymitywną formę życia psychicznego. Pragnienia i marzenia więźniów objawiały się wówczas najbardziej czytelnie w snach.

O czym najczęściej śnił więzień obozu koncentracyjnego? O chlebie, cieście, papierosach i długich, ciepłych kąpielach. Codzienna niemożność zaspokojenia powyższych potrzeb sprawiała, że szukaliśmy go w marzeniach sennych. To, czy cokolwiek dobrego z tego wynikało, to już zupełnie inna sprawa; śniący musiał się wszak kiedyś przebudzić do rzeczywistości obozowego życia i dostrzec kłujący kontrast pomiędzy nią a swymi sennymi rojeniami.

Nigdy nie zapomnę, jak pewnej nocy wyrwały mnie ze snu jęki mego współwięźnia, który rzucał się we śnie, najwyraźniej dręczony jakimś strasliwym kosmarem. Jako że zawsze

niezmiernie współczułem ludziom cierpiącym z powodu przerażających snów czy delirium, chciałem biedaka obudzić. W ostatniej jednak chwili cofnąłem rękę, przestraszony na myśl o tym, czego się omal nie dopuściłem. Uświadomiłem sobie bowiem boleśnie, że żaden sen, nawet najbardziej koszmarny, nie może być gorszy od otaczającej nas obozowej rzeczywistości, do której nieopatrznie zamierzałem biedaka przywrócić.

Ze względu na poważny stopień niedożywienia, na jakie cierpieli więźniowie, było czymś naturalnym, że głód stawał się podstawowym prymitywnym instynktem, wokół którego koncentrowało się nasze życie psychiczne. Wystarczyło popatrzeć, co działo się z większością więźniów, gdy pracowali blisko siebie w grupie i wyjątkowo nikt ich akurat nie pilnował – natychmiast zaczynali rozmawiać o jedzeniu. Jeden więzień pytał drugiego, pracującego obok niego w rowie, o jego ulubione potrawy. Następnie obaj wymieniali się przepisami i planowali menu na dzień, gdy kiedyś się spotkają – w odległej przyszłości, gdy już zostaną oswobodzeni i powrócą do swoich domów. Mogli tak roić w nieskończoność, wyobrażając sobie wszystko w najdrobniejszych szczegółach, dopóki wzdłuż szeregu kopiących rów nie przebiegło szeptem ostrzeżenie, zazwyczaj pod postacią umówionego hasła czy cyfry: „Strażnik nadchodzi!”.

Zawsze uważałem owe rozmowy o jedzeniu za niebezpieczne. Czyż nie jest czymś groźnym prowokowanie organizmu barwnymi, szczegółowymi opisami smaków w sytuacji, gdy zdołał się on już jakimś cudem przyzwyczaić do skrajnie ograniczonych i niskokalorycznych racji żywnościowych? Poza chwilową psychiczną ulgą, jaką dawało więźniom tego rodzaju fantazjowanie, niosły one ze sobą również poważne fizyczne zagrożenia, których nie sposób ignorować.

W późniejszym okresie naszego pobytu w obozieienne racje żywnościowe składały się z wydawanej raz dziennie miski niewiarygodnie wodnistej zupy oraz z bardzo zazwyczaj skłapej porcji chleba. Dodatkowo funkcjonowało coś takiego, jak „dodatek żywnościowy”, który jednego dnia oznaczał około dwudziestu gramów margaryny, innego plasterzek podłej jakości kiełbasy, kawałek sera, odrobinę sztucznego miodu lub łyżkę wodnistej marmolady. W przeliczeniu na kalorie były to racje w żadnym stopniu niewystarczające – zwłaszcza jeśli wziąć pod uwagę wykonywaną przez nas ciężką pracę fizyczną oraz stałe przebywanie na zimnie w nieodpowiedniej odzieży. Chorzy podlegający „specjalnej opiece” – to znaczy ci, którzy zamiast pracować poza obozem, mogli pozostać w barakach – byli w jeszcze gorszej sytuacji.

Wraz ze zniknięciem ostatnich pokładów podskórnej tkanki tłuszczowej zaczęliśmy przypominać wyglądem żywe szkielety odziane w łachmany; byliśmy wówczas świadkami tego, jak nasze ciała próbują same siebie pożerać. Organizm zaczął żywić się własnym białkiem, co oznaczało zanik mięśni, a stopniowa utrata zapasów białka wiązała się ze spadkiem sił i odporności.

Jeden po drugim członkowie naszej małej barakowej społeczności umierali. Każdy z więźniów potrafił z dużą dozą prawdopodobieństwa stwierdzić, kto będzie następny w kolejce i kiedy jego samego czeka koniec. Dzięki miesiącom podobnych doświadczeń poznaliśmy dobrze alarmujące symptomy, co znacznie ułatwiało postawienie niemal bezbłędnej diagnozy. „Ten już długo nie pociągnie” albo „ten będzie następny” – szeptał się do siebie, a gdy wieczorami, podczas codziennego rytuału polowania na wszy, oglądaliśmy swoje nagie ciała, wszystkim nam przychodziła do głowy ta sama myśl: „To ciało – moje ciało – i tak jest już martwe. Co ze mnie pozostało? Jestem już tylko kawałkiem ogromnej masy ludzkiego mięsa... masy więzionej za kolczastym drutem, słoczonej w kilku ciasnych barakach; masy, której każdego dnia nowa część zaczyna gnić, bo uciekło z niej wszelkie życie”.

Wspominałem wcześniej, że w tej sytuacji niemożliwością było opędzić się od myśli o jedzeniu; wizje ulubionych dań pchały się nam przed oczy przy pierwszej nadarzającej się okazji. Łatwiej zatem zrozumieć, że nawet najsilniejsi marzyli o chwili, gdy znowu zakosztują lepszych pokarmów, i to nie tylko dlatego, że pragnęli zaspokoić głód – przede wszystkim chodziło im o świadomość, że niehumana egzystencja, w której człowiek nie jest w stanie myśleć o niczym innym, poza jedzeniem, dobiegła wreszcie końca.

Ci, którzy nie przeżyli czegoś podobnego, nie są w stanie pojąć, jakiego rodzaju wyniszczających duszę, wewnętrznych konfliktów i prób silnej woli doświadcza człowiek dosłownie umierający z głodu. Trudno im zrozumieć, co to znaczy kopać rów, z utęsknieniem nasłuchując wycia syreny ogłaszającej – o wpół do dziesiątej lub dziesiątej rano – półgodzinną przerwę, podczas której wydawano więźniom rację chleba (o ile takowy był akurat dostępny); jak to jest nieustannie wypytywać kapo o godzinę – o ile ten był akurat życzliwie nastawiony; wreszcie jakie to uczucie czule dotykać kromki chleba ukrytej bezpiecznie w kieszeni pasiaka – najpierw lekko gładzić skórkę zgrabiętymi od mrozu palcami, potem odłamać kawałek i włożyć sobie do ust, a następnie, z najwyższym wysiłkiem woli, ponownie schować chleb do kieszeni, zgodnie ze złożonym sobie rankiem przyrzeczeniem nakazującym znosić dzielnie głód aż do popołudnia.

Potrafililiśmy bez końca dyskutować na temat zasadności – lub jej braku – różnych metod postępowania z niewielkimi racjami chleba, który pod koniec niewoli wydawany był tylko raz dziennie. Istniały w tym względzie dwie szkoły. Jedna opowiadała się za natychmiastowym zjedzeniem dziennego przydziału. Takie rozwiązanie miało dwie zalety: po pierwsze, można było przynajmniej raz dziennie na krótką metę zaspokoić najbardziej doskwierający głód; po drugie, człowiek zabezpieczał się w ten sposób przed ewentualną kradzieżą lub utratą chleba. Druga szkoła, praktykująca podział dziennej racji na mniejsze porcje, wysuwała inne argumenty. Ja sam ostatecznie również trafilem w szeregi jej zwolenników.

Najgorszą chwilą dnia był dla więźniów moment przebudzenia, gdy tuż przed świtem trzy przeszywające gwizdki bezlitośnie wyrwały nas z nieprzynoszącego wytchnienia snu i naszych marzeń sennych. W mroku walczyliśmy z przemokniętym obuwiem, w które z trudem udawało się wcisnąć obolałe i spuchnięte stopy. Tradycyjnie w baraku rozlegały się pojękiwania i narzekania dotyczące drobnych, acz irytujących problemów, na przykład pękania drutów, które zastępowały nam sznurowadła. Pewnego ranka usłyszałem płacz człowieka, o którym wiedziałem, że był odważny i pełen godności. Człowiek ten płakał jak dziecko, ponieważ okazało się, że oto nastał dzień, gdy musiał iść do pracy boso po śniegu; jego buty tak się skurczyły, że nie był w stanie ich założyć. W tym potwornym momencie odnalazłem pociechę w małym kawałku chleba, który wyciągnąłem z kieszeni i z rozkoszą żułem, zapominając o całym świecie.

Poza tym, że niedożywienie było przyczyną szerzącej się wśród więźniów obsesji na punkcie jedzenia, odpowiadało ono też prawdopodobnie za generalne wytłumienie popędu seksualnego. Obok efektów szoku charakterystycznego dla początkowego etapu pobytu w obozie, niedożywienie wydaje się być jedynym logicznym wytłumaczeniem zjawiska, którego jako psycholog nie mogłem nie zaobserwować w stricte męskim obozie; a mianowicie tego, że w przeciwieństwie do innych zamkniętych męskich społeczności – takich, jak na przykład koszary – perwersje seksualne praktycznie tam nie występowały. Seks zdawał się nie odgrywać żadnej roli nawet w snach więźniów, choć z pewnością znajdowały w nich wyraz inne frustracje oraz wyższe, delikatniejsze uczucia.

W większości przypadków prymitywne warunki życia oraz wysiłek związany z koniecznością nieustannego koncentrowania się na ratowaniu własnego życia wymuszały na więźniach lekceważący stosunek do wszystkiego, co nie prowadziło bezpośrednio do jedynego celu, jakim było przetrwanie; tłumaczyły również porzucenie przez nich wszelkich sentymentów. Zrozumiałem to w drodze z Auschwitz do obozu należącego do kompleksu obozowego Dachau. Pociąg, którym nas przewożono – około dwóch tysięcy więźniów – przejeżdżał przez Wiedeń. Około północy minęliśmy jedną z wiedeńskich stacji kolejowych. Tory biegły dalej w pobliżu ulicy, przy której przyszedłem na świat, obok domu, w którym spędziłem wiele lat swego życia i gdzie mieszkiałem właściwie aż do momentu mego uwięzienia.

Pięćdziesięciu mężczyzn upchnięto w wagonie, który miał tylko dwa małe, zakratowane otwory przypominające więzienne judasze. Miejsca było akurat tyle, żeby jedna grupa mogła przykucnąć na podłodze, podczas gdy druga, która zmuszona była stać przez wiele godzin, tłoczyła się wokół okienek. Stając na palcach i wyglądając przez zakrywany otwór ponad głowami innych, zdołałem dostrzec fragment mojego rodzinnego miasta. Zrobiło na mnie upiorne wrażenie. Wszyscy czuliśmy się wówczas bardziej martwi niż żywi, byliśmy bowiem

przekonani, że transport nasz zmierza do Maut-hausen i że pozostało nam nie więcej niż tydzień, góra dwa tygodnie życia. Miałem poczucie, że oglądałem znane mi z dzieciństwa ulice, place i domy oczyma zmarłego, który powrócił z zaświatów i z góry obserwuje wymarłe miasto.

Po kilkugodzinnym postoju pociąg opuścił w końcu stację. I wtedy zobaczyłem ulicę – moją ulicę! Młodzi chłopcy, mający za sobą kilka lat obozowego życia, dla których tak długa podróż była wielkim wydarzeniem, z uwagą obserwowali świat przez otwory w ścianach. Zacząłem ich wówczas prosić, błagać, aby pozwolili mi choć na chwilę wyjrzeć na zewnątrz. Próbowałem tłumaczyć, ile w tym momencie znaczy dla mnie choćby jeden rzut oka na rodzinne strony. Moje błagania spotkały się jednak z brutalnym cynizmem: „Mieszkałeś tu przez te wszystkie lata? W takim razie zdążyłeś się już naoglądać!”.

W obozie panowała także powszechna „kulturalna hibernacja”. Z dwoma wyjątkami: jednym była polityka, a drugim religia. O polityce dyskutowano niemal bez przerwy w każdym zakątku obozu; rozmowy te prowadzone były głównie na podstawie rozmaitych pogłosek, które skwapliwie podchwytywano i puszczano dalej w obieg. Te dotyczące sytuacji na froncie były zwykle sprzeczne. Pojawiały się błyskawicznie jedna po drugiej i udawało im się jedynie zaogniać wojnę nerwów toczącą się w umysłach wszystkich więźniów. Wielokrotnie nadzieja na rychłe zakończenie wojny, wzniecona przez nazbyt optymistyczne plotki, gasła równie szybko, jak się pojawiała. Niektórzy tracili ją zupełnie, lecz to niepoprawni optymiści byli najbardziej irytującymi towarzyszami niedoli.

Religijne dążenia więźniów, z chwilą gdy się rodziły i gdy się później rozwijały, były tak szczere, jak tylko można sobie wyobrazić. Głęboka i żywa wiara często zaskakiwała i wzruszała nowo przybyłych. Największe wrażenie robiły w tym względzie improwizowane modlitwy czy nabożeństwa organizowane w kącie baraku albo w mroku zamkniętego naглуcho bydlęcego wagonu, w którym przewożono nas do obozu z odległych miejsc pracy, zmęczonych, głodnych i trzęsących się z zimna w naszych łachmanach.

Zimą w wiosną 1945 roku w obozie miała miejsce epidemia tyfusu, którym zarazili się niemal wszyscy więźniowie. Śmiertelność była szczególnie wysoka wśród tych, którzy, już osłabieni, usiłowali tak długo, jak to możliwe, sprostać ciężkiej fizycznej pracy. Pomieszczenia, w których przebywali chorzy, były wysoce nieodpowiednie, brakowało też leków i pielęgniarzy. Niektóre symptomy choroby były wyjątkowo nieznosne: nieopanowana awersja do najmniejszego choćby kęsa jedzenia (co samo w sobie stanowiło dodatkowe zagrożenie życia) i koszmarnie ataki majaczenia. Jednym z najgorszych przypadków była maligna mojego przyjaciela, któremu zdawało się, że umiera i próbował się modlić; w gorączce brakowało mu jednak słów. Aby uniknąć ataków delirium, podobnie jak wielu innych próbowałem przez większość nocy bronić się

przed snem. Całymi godzinami układałem w myślach przemówienia, a w końcu zacząłem odtwarzać w myślach rękopis, który utraciłem podczas dezynfekcji w Auschwitz i zapisywałem sobie kluczowe słowa w stenograficznym skrócie na małych skrawkach papieru.

Od czasu do czasu w obozie wybuchały też dyskusje naukowe. Pewnego razu byłem świadkiem czegoś, czego nigdy przedtem, nawet w normalnym życiu, nie doświadczyłem – chociaż w pewnym sensie znajdowało się to w obrębie moich zawodowych zainteresowań – a mianowicie seansu spirytystycznego. Do uczestnictwa w nim zaprosił mnie naczelny lekarz obozu (również więzień), który wiedział, że specjalizowałem się w psychiatrii. Spotkanie odbyło się w jego niewielkim prywatnym gabinecie na tak zwanym rewirze. Zebrało się tam wąskie grono osób, wśród których znalazł się także – całkiem już nielegalnie – oficer z oddziału do spraw sanitarnych i higieny obozowej.

Jeden z mężczyzn zaczął przyzywać duchy, odmawiając coś w rodzaju modlitwy. Jeden z obozowych urzędników miał przed sobą rozłożoną czystą kartkę papieru, a w rękę trzymał ołówek, którym świadomie nie zamierzał pisać. W ciągu kolejnych dziesięciu minut (po których seans dobiegł końca, ponieważ medium nie udało się zakłęciami skłonić żadnego ducha, aby nam się ukazał) ołówek drgnął i powoli zaczął kreślić na papierze litery, które następnie dało się odczytać jako: „vae v”. Zapewniono nas, że urzędnik ów nigdy nie uczył się łaciny i nigdy przedtem nie słyszał słów „vae victis” – biada zwyciężonym. Moim zdaniem musiał słyszeć je przynajmniej raz w życiu i podświadomie je zapamiętał, przez co tamtego dnia stały się one znane „duchowi” (duchowi jego podświadomości), na kilka miesięcy przed naszym wyzwoleniem i końcem wojny.

Pomimo niezwykle prymitywnych – zarówno pod względem psychicznym, jak i fizycznym – warunków, w jakich zmuszeni byliśmy żyć, w obozie koncentracyjnym możliwe było pogłębianie życia duchowego. Ludzie wrażliwi, przywykli prowadzić bogate życie intelektualne, mogli w dwójnásób odczuwać fizyczny ból (byli bowiem często słabsi i delikatniejsi), lecz ich wewnętrzne „ja” ucierpiało w znacznie mniejszym stopniu. Potrafili bowiem uciec od otaczającej ich potwornej rzeczywistości w bogactwo wewnętrznych wartości i duchową wolność. Tylko w ten sposób można wytłumaczyć pozorny paradoks dotyczący tego, że część więźniów o słabszej konstytucji lepiej zdawała się znosić trudy obozowego życia od tych fizycznie silniejszych. Aby było to całkowicie jasne, muszę oprzeć się w tym miejscu na przykładzie zaczerpniętym z moich osobistych doświadczeń. Opowiem zatem, co mi się kiedyś przydarzyło wczesnym świtem w drodze na miejsce pracy.

Jak zwykle słyhać było głośno wykrzykiwane rozkazy: „Komando – naprzód, marsz! Lewa, dwa, trzy, cztery! Lewa, dwa, trzy, cztery! Lewa, dwa, trzy, cztery! Lewa, dwa, trzy, cztery!

Szpica prowadzi, lewa, lewa, lewa, lewa! Czapki z głów!”. Do dziś rozbrzmiewają w moich uszach te słowa. Rozkaz: „Czapki z głów!” rozlegał się zawsze w momencie, gdy mijaliśmy bramę obozu i padały na nas światła reflektorów. Każdy, kto nierówno maszerował, dostawał kopniaka. A najgorszy los czekał tych, którzy z powodu przejmującego zimna naciągali czapki na uszy, zanim jeszcze padł odpowiedni rozkaz.

W ciemnościach potykaliśmy się o wielkie kamienie i z trudem pokonywaliśmy rozległe kałuże na jedynej drodze wiodącej z obozu. Eskortujący nas strażnicy cały czas pokrzykiwali i popędzali nas kolbami swoich karabinów. Ci, którzy mieli szczególnie obolałe stopy, wspierali się na ramionach swoich towarzyszy. Z rzadka tylko padało jakieś słowo; lodowaty wiatr nie zachęcał do prowadzenia rozmów. W pewnym momencie mój najbliższy sąsiad wyszeptał, kryjąc twarz za postawionym kołnierzem: „Gdyby nasze żony mogły nas teraz zobaczyć! Mam nadzieję, że spotkał je lepszy los w innym obozie i nie wiedzą, jak jesteśmy traktowani”.

Jego słowa sprawiły, że pomyślałem o swojej żonie. I gdy tak pokonywaliśmy kolejne kilometry – potykając się, ślizgając po zmarzniętej ziemi, podtrzymując się nawzajem i ciągnąc jeden drugiego naprzód – nic więcej nie zostało powiedziane, lecz obaj wiedzieliśmy, że ten drugi rozmyśla o swojej żonie. Co pewien czas zerkałem w niebo, gdzie wolno gasły gwiazdy, a różowe światło poranka rozlewało się coraz szerzej za wałem ciemnych, spiętrzonych chmur. Przed oczyma jednak wciąż widziałem twarz swojej żony, której obraz był w mojej wyobraźni boleśnie wyraźny. Słyszałem, jak mi odpowiada, widziałem jej uśmiech, jej szczere, dodające otuchy spojrzenie. Wyimaginowane czy nie, w moich oczach to jej spojrzenie miało wówczas w sobie więcej blasku niż promienie właśnie wschodzącego słońca.

Nagle poraziła mnie pewna myśl: po raz pierwszy w życiu objawiła mi się prawda po tylekroć wplatana w pieśni przez poetów i ogłaszana najwyższą mądrością przez filozofów, a mianowicie, że miłość jest najwyższym i najszlachetniejszym celem, do jakiego może dążyć człowiek. Pojąłem wówczas sens największej tajemnicy, której rąbka uchylają przed nami dzieła największych poetów, myślicieli i duchownych: droga do zbawienia człowieka wiedzie poprzez miłość i sama jest miłością. Zrozumiałem, że nawet ktoś, komu wszystko na tym świecie odebrano, wciąż może zaznać prawdziwego szczęścia, choćby nawet przez krótką chwilę, za sprawą kontemplacji tego, co najbardziej ukochał. W sytuacji całkowitej samotności, gdy nie sposób wyrazić samego siebie poprzez pozytywne działanie, gdy jedynym i największym osiągnięciem jest godne i szlachetne znoszenie własnego cierpienia, nawet w takiej sytuacji można doświadczyć spełnienia, kontemplując z uczuciem noszony w sercu obraz najdroższej nam osoby. Po raz pierwszy w życiu byłem w stanie w pełni pojąć znaczenie zdania: „Aniołowie zatracają się w nieustannej kontemplacji nieskończonej chwały”.

Nagle idący przede mną człowiek potknął się, a ci, którzy za nim podążali, automatycznie na

niego wpadli. Natychmiast zjawił się strażnik i na nieszczęśników posypały się uderzenia bata. Wydarzenie to wyrwało mnie na kilka minut z moich marzeń na jawie. Wkrótce jednak moja dusza odnalazła drogę powrotną do innego świata, zostawiając za sobą tragiczną egzystencję więźnia, ja zaś podjąłem przerwana rozmowę z moją ukochaną. Zadawałem pytania, na które odpowiadała; potem zaś ona pytała, a ja odpowiadałem.

„Stać!”. Głośny ten okrzyk oznaczał, że przybyliśmy na miejsce. Zaraz też wszyscy rzuciliśmy się do ciemnego baraku w nadziei zdobycia jakiegoś przyzwoitego narzędzia. Każdy więzień dostawał do dyspozycji szpadel lub kilof.

„Nie możecie szybciej, świnię?”. Wkrótce potem zajęliśmy swoje wczorajsze miejsca w rowie. Zmrożona ziemia zgrzytała pod kilofami, aż leciały iskry. Mężczyźni milczeli, pracując w otępieniu.

Tymczasem moje myśli krążyły wokół obrazu żony, który wciąż miałem przed oczyma. W pewnej chwili przyszło mi coś do głowy: przecież nawet nie wiedziałem, czy ona nadal żyje. Wiedziałem jednak coś innego – coś, w co do tej pory głęboko wierzę: miłość nie ogranicza się do fizycznej powłoki ukochanej osoby. Prawdziwą głębię odnajduje się, dopiero wnikać w jej duchowe jestestwo, jej wewnętrzne „ja”. Wówczas to, czy osoba ta jest przy nas obecna, czy nie, czy żyje, czy jest martwa, przestaje mieć jakiegokolwiek znaczenie.

Nie wiedziałem, czy moja żona żyje, i nie miałem szans tego sprawdzić (podczas całego okresu mojej niewoli nie było możliwości odbierania ani nadawania listów), lecz w tamtej chwili nie było to dla mnie istotne. Nie musiałem tego wiedzieć; nic nie mogło osłabić siły mojej miłości, zakłócić moich myśli ani zatrzeć w pamięci obrazu mojej ukochanej. Wydaje mi się, że nawet gdybym wówczas wiedział, iż moja żona zginęła, to i tak – niewzruszony tą wiadomością – oddawałbym się kontemplowaniu jej wizerunku, a moja duchowa rozmowa z nią byłaby równie żywa i satysfakcjonująca. „Połóż mnie jak pieczęć na twoim sercu (...) bo jak śmierć potężna jest miłość”.

Głębokie zanurzenie się we własnym wnętrzu pomagało więźniowi znaleźć schronienie przed pustką, opuszczeniem i duchową nędzą własnej egzystencji, umożliwiając mu ucieczkę w przeszłość. Puszczaliśmy wodze wyobraźni, która podsuwała nam wcale nie te najważniejsze wydarzenia, lecz bawiła się drobiazgami, często całkiem banalnymi. Nasza nostalgia gloryfikowała je, nadając im nadzwyczajny charakter. Świat, do którego należały, życie, jakie w nim wiedliśmy – wszystko to wydawało nam się niezmiernie odległe, a nasz duch z tęsknotą się ku temu wyrывał. Pamiętam, jak raz za razem odbywałem wyimaginowane przejażdżki autobusem, przekręcałem klucz w drzwiach swojego mieszkania, podnosiłem słuchawkę telefonu, włączałem czy wyłączałem światło. Nasze myśli często skupiały się na najdrobniejszych

szczegółach, których wspomnienie wy ciskało nam łzy z oczu.

W miarę nasilania się wewnętrznych przeżyć więźnia jak nigdy wcześniej przeżywał on również piękno sztuki i natury. Za ich sprawą zdarzało mu się czasem zapominać o otaczającej go koszarnej rzeczywistości. Gdyby ktoś mógł zobaczyć wyraz naszych twarzy, gdy w drodze z Auschwitz do bawarskiego obozu przez maleńkie, zakratowane okienka naszego wagonu ujrzeliśmy górujące nad Salzburgiem górskie szczyty połyskujące w zachodzącym słońcu, nigdy nie uwierzyłby, że patrzy na twarze ludzi, którzy na dobre wyrzekli się nadziei na wolność i ocalenie. Pomimo tej strasznej prawdy – a może właśnie z jej powodu – daliśmy się wówczas porwać oszałamiającemu pięknu przyrody, za którą tak długo tęskniliśmy.

Również w obozie zdarzało się, że ktoś zwracał uwagę pracującego obok sąsiada na piękny widok, jaki tworzyły promienie zachodzącego słońca przeświecające przez wysokie pnie drzew bawarskich lasów (zupełnie jak na akwareli Dürera) – tych samych, w których z mozołem budowaliśmy olbrzymią, tajną fabrykę amunicji. Pewnego wieczoru, gdy śmiertelnie zmęczeni odpoczywaliśmy na podłodze naszego baraku, posilając się miską zupy, jeden z więźniów wpadł do środka i zawołał, żebyśmy zaraz biegli na plac apelowy zobaczyć wspaniały zachód słońca. Na zewnątrz oczom naszym ukazały się złowieszcze chmury na horyzoncie, podświetlone jaskrawymi promieniami; całe niebo ożyło, chmury nieustannie zmieniały swe kształty, mieniąc się kolorami, od metalicznego błękitu po krwistą czerwień. W owej chwili opuszczone szare baraki stanowiły szczególnie przejmujący kontrast dla tego spektaklu barw, bo nawet w błotnistych kałużach odbijało się rozświetlone niebo. Po kilku minutach pełnego wzruszenia milczenia jeden z więźniów powiedział do drugiego: „Jaki piękny może być świat!”.

Kiedy indziej pracowaliśmy przy kopaniu rowów. Zewsząd otaczał nas szary świt; szare było niebo nad nami i szary był śnieg w szarym świetle poranka; szare były łachmany, które ja i moi towarzysze mieliśmy na sobie; szare były nasze twarze. Tego dnia jak zwykle toczyłem w myślach rozmowę ze swoją żoną – a może usiłowałem dopatrzeć się przyczyny swoich cierpień, swojego powolnego umierania. W pewnym momencie poczułem, jak w wyrazie ostatniego gwałtownego sprzeciwu wobec ogólnej beznadziei i nieuchronności śmierci mój duch przebija się przez spowijający nas mrok. Miałem wrażenie, że wznoszę się ponad tę pozbawioną nadziei, bezsensowną rzeczywistość i usłyszałem dobiegające skądś zwycięskie „tak”, będące odpowiedzią na moje pytanie o ostateczny sens ludzkiej egzystencji. W tej samej chwili rozbłyśło światło w oknie oddalonego gospodarstwa, którego ciemna sylwetka majaczyła na horyzoncie jak namalowana w samym sercu szarego bawarskiego świtu. „Et lux in tenebris lucet” – a światłość w ciemności świeci. Przez wiele godzin stałem tam, usiłując skruszyć złodowaciałą ziemię. Raz czy dwa minął mnie strażnik, rzucając w moją stronę jakąś obelgę, ja zaś po raz kolejny nawiązałem duchowy kontakt z moją ukochaną żoną. Z każdą minutą coraz bardziej

namacalnie czułem przy sobie jej obecność; wydawało mi się, że jestem niemal w stanie jej dotknąć – że wystarczy wyciągnąć rękę, aby pochwycić jej dłoń. Wrażenie to było niezwykle silne: ona rzeczywiście tam była. Nagle z gałęzi sfrunął cicho ptak, przysiadł przede mną na stercie wykopanej z rowu ziemi i spokojnie mi się przyglądał.

Wspominałem wcześniej o sztuce. Czy sztuka może w ogóle zaistnieć w obozie koncentracyjnym? Zależy to oczywiście od tego, co nazwiemy sztuką. Od czasu do czasu odbywały się w obozie improwizowane występy kabaretu. Na ten czas opróżniano jeden z baraków, zsuwano razem – lub zbijano gwoździami – drewniane ławy i układano program przedstawienia. Wieczorem ci, którzy zajmowali stosunkowo dobrą pozycję w hierarchii obozowej – kapo oraz więźniowie, którzy nie musieli opuszczać obozu i maszerować do odległych miejsc pracy – gromadzili się w baraku. Przychodzili tam, aby się trochę pośmiać albo uronić łzę – tak czy inaczej, żeby zapomnieć. Na program kabaretowy składały się piosenki, wiersze, dowcipy oraz teksty satyryczne skrycie nawiązujące do życia obozowego. Wszystko to miało jeden cel – pomóc nam zapomnieć – i z reguły spełniało swoje zadanie. Występy kabaretu były pod tym względem na tyle skuteczne, że do baraku zaglądali nawet zwykli więźniowie (pomimo śmiertelnego zmęczenia i chociaż oznaczało to dla nich utratę dziennej racji żywności).

Podczas półgodzinnej przerwy na obiad, gdy pracującym poza obozem więźniom wydawano po misce zupy (za którą wynajmujący siłę roboczą płacili, lecz której przygotowanie wiele nie kosztowało), wolno nam było odpocząć w nieukończonych maszynowni. Przy wejściu każdy z nas otrzymywał chochłę wodnistej zawiesiny i podczas gdy reszta chciwie się posilała, jeden z więźniów wdrapywał się na kocioł i śpiewał nam włoskie arie operowe. Jako że występy te cieszyły się popularnością, śpiewak miał zapewnioną dokładkę zupy z „samego dna” – to znaczy z dodatkami grochu!

W obozie nagrody otrzymywało się nie tylko za działalność rozrywkową, lecz także za aplauz. Ja na przykład miałem możliwość zaskarbić sobie życzliwość (jakie to szczęście, że nigdy nie musiałem z niej korzystać!) budzącego największy postrach kapo, który nie bez powodu nosił przydomek „zabójca”. A oto, jak do tego doszło. Pewnego wieczoru dostałem wielkiego zaszczytu bycia ponownie zaproszonym do odwiedzenia gabinetu, w którym wcześniej organizowany był seans spirytystyczny. Na miejscu zastałem ten sam zaufany krąg znajomych naczelnego lekarza; znalazł się tam też – jak zwykle nielegalnie – ów oficer z oddziału do spraw sanitarnych. Przypadkiem trafił tam również „zabójca”. Natychmiast poproszono go o wyrecytowanie jednego z wierszy, które zdążyły już zyskać (złą) sławę wśród mieszkańców obozu. Kapo nie dał się dwa razy prosić i szybko wyciągnął z kieszeni coś w rodzaju pamiętnika, z którego następnie zaczął odczytywać fragmenty swych poezji. Zagryzałem wargi do krwi, żeby

nie wybuchnąć śmiechem – szczególnie przy jednym z liryków miłosnych – i to prawdopodobnie uratowało mi życie. Ponieważ na koniec klaskałem równie głośno jak inni, mogłem być pewien, że nawet gdyby przeniesiono mnie w przyszłości do jego komanda (trafiłem do niego zresztą wcześniej na jeden dzień i ten dzień zdecydowanie mi wystarczył), nic złego mnie nie spotka. Tak czy inaczej, dobrze było przy pochwalić się jakoś „zabójcy”. Oklaskiwałem go więc ze wszystkich sił.

Zasadniczo wszelkie artystyczne ambicje przybierały w obozie nieco groteskowe formy. Powiedziałbym, że jeśli chodzi o jakiegokolwiek pokrewne sztuce działania, ich efekt polegał w dużej mierze na uderzającym kontraście między tym, co można było nazwać sztuką, a beznadzieją obozowego życia. Nigdy nie zapomnę, jak drugiego dnia mego pobytu w Auschwitz, skatowanego po ciężkiej pracy, wyrwała mnie z głębokiego snu... muzyka. Nasz blokowy świątował coś w swojej komórce przylegającej do wejścia do baraku. Podchmielone głosy wyrzaskiwały popularne szlagiery. W pewnym momencie zapadła cisza i nieoczekiwanie popłynęła w noc melodia skrzypiec wygrywających jakieś rozpaczliwie smutne tango – melodia świeża i nieskażona zbyt częstymi wykonaniami. Skrzypce łąły i coś we mnie łąła także, ponieważ akurat tego samego dnia ktoś bardzo mi bliski obchodził swoje dwudzieste czwarte urodziny. Ten ktoś również leżał na pryczy w innej części Auschwitz, być może zaledwie kilkaset metrów albo kilometr ode mnie, lecz był równie odległy, jak księżyc. Tym kimś była moja żona.

Dla osoby z zewnątrz odkrycie, że w obozie rozwijało się coś na kształt sztuki, może być sporym zaskoczeniem; jeszcze bardziej zaskakująca może być jednak informacja, że wśród więźniów dało się zaobserwować przejawy poczucia humoru, choć oczywiście były one jedynie bladym odbiciem prawdziwej wesołości i rzadko trwały dłużej niż kilka sekund czy minut. Humor stanowił jednak jeszcze jedną broń znękanego ducha w jej walce o ocalenie i był wyrazem instynktu samozachowawczego. Powszechnie wiadomo, że poczucie humoru, jak żadna inna cecha charakteru, pozwala człowiekowi zachować dystans i daje mu umiejętność wznoszenia się – choćby na krótką chwilę – ponad praktycznie każde okoliczności. Pamiętam, jak szkoliłem znajomego współwięźnia, który pracował obok mnie na placu budowy, pomagając mu rozwinąć jego poczucie humoru. Zaproponowałem, abyśmy umówili się, że każdy z nas wymyśli codziennie co najmniej jedną zabawną anegdotę dotyczącą jakiegoś wydarzenia, które mogłoby mieć miejsce na jutro po naszym wyzwoleniu z obozu. Mój towarzysz był chirurgiem, asystentem na oddziale jednego z dużych szpitali. Pewnego razu spróbowałem go więc rozśmieszyć opowieścią o tym, jak to po powrocie do pracy przekona się, iż nie jest w stanie porzucić przyzwyczajęń związanych z obozowym życiem. Przyjęło się mianowicie, że na placu budowy pilnujący więźniów kapo zagrzewał nas do szybszej pracy – szczególnie wtedy, gdy

nadzorca akurat robił obchód – pokrzykując głośno: „Robić! Robić!”. Zwróciłem się więc do swego znajomego tymi słowami: – Wyobraź sobie, że pewnego dnia, gdy ponownie znajdziesz się na sali operacyjnej i będziesz wykonywał poważny zabieg chirurgiczny jamy brzucha, w pewnym momencie otworzą się drzwi sali i wpadnie sanitariusz, ogłaszając przybycie szefa chirurgii okrzykami: „Robić! Robić!”.

Również inni współwięźniowie wymyślali zabawne sytuacje z przyszłości, prorokując na przykład, że zdarzy im się zapomnieć podczas proszonego obiadu i na widok rozlewanej do talerzy zupy zaczną błagać gospodynię o porcję z „samego dna kotła”.

Próby rozwijania własnego poczucia humoru i stałe uczenie się, aby patrzeć na otaczający nas świat z pełnym dystansu rozbawieniem, to pewnego rodzaju sztuczka, jaką sobie przyswajamy, opanowując trudną sztukę życia. Co ciekawe, sztukę życia można udoskonalać nawet w obozie, w miejscu, gdzie zewsząd otacza nas cierpienie. Pokuszę się w tym miejscu o następującą analogię: z ludzkim cierpieniem jest jak z gazem. Jeśli wpuścić pewną jego ilość do zamkniętego pomieszczenia, gaz wypełni je w sposób równomierny i całkowity, bez względu na jego rozmiary. Podobnie cierpienie całkowicie „wypełnia” duszę i świadomość człowieka, bez względu na to, czy cierpimy ogromnie, czy tylko trochę. Dlatego też „rozmiar” ludzkiego cierpienia jest pojęciem najzupełniej względnym.

Z tego też powodu najbardziej banalna rzecz może stać się przyczyną olbrzymiej radości. Przykładem tego może być pewne zdarzenie, które miało miejsce podczas naszej podróży z Auschwitz do jednego z podobozów Dachau. Początkowo wszyscy obawialiśmy się, że przewożą nas do Mauthausen. Nasz niepokój wzrastał w miarę, jak pociąg zbliżał się do pewnego mostu na Dunaju, przez który – jak wynikało z opowieści bardziej doświadczonych towarzyszy podróży – należało przejechać, kierując się do Mauthausen. Nikt, kto nie przeżył czegoś podobnego, nie jest w stanie wyobrazić sobie szalonego tańca radości, jaki wykonali więźniowie w naszym wagonie, widząc, że pociąg mija most, my zaś zmierzamy „tylko” do Dachau.

Podobna scena rozegrała się, gdy po trwającej dwa dni i trzy noce podróży dotarliśmy wreszcie na miejsce przeznaczenia. W bydłowych wagonach, w jakich nas pozamykano, brakowało miejsca, aby wszyscy mogli jednocześnie usiąść na podłodze. Większość z nas musiała przez całą drogę stać, a tylko niektórzy zamieniali się z innymi współwięźniami, aby choć na chwilę przykucnąć na skąpej wyściółce ze słomy przesiąkniętej ludzkim moczem. Najważniejsza wiadomość, jaką zaraz po przybyciu na miejsce przekazali nam przebywający tam więźniowie, brzmiała: obóz jest stosunkowo nieduży (przebywało w nim wówczas dwa i pół tysiąca więźniów) i nie ma w nim „pieców”, krematorium ani komór gazowych! To zaś oznaczało, że więzień, który stawał się „muzułmaninem”, nie mógł być automatycznie wysłany

do komory gazowej, lecz musiał czekać na specjalny transport, który zabierał chorych z powrotem do Auschwitz. Ta radosna nowina wprawiła nas wszystkich w doskonały nastrój. Spełniło się marzenie blokowego z naszego baraku w Auschwitz, aby jak najszybciej znaleźć się w obozie „bez komina”. Śmialiśmy się więc i żartowaliśmy, nie bacząc na to, co może się zdarzyć w ciągu najbliższych kilku godzin – a nawet w chwili owego rozbawienia.

Kiedy policzono nowo przybyłych, okazało się, że jednego brakuje. Cały transport musiał więc stać na deszczu i zimnym wietrze, czekając, aż „zguba” się odnajdzie. Znalaziono go wreszcie w jednym z baraków, gdzie wycieńczonego biedaka zmorzył sen. Zwykły apel zamieniono nam potem na karny. Przez całą noc, aż do późnych godzin porannych następnego dnia, musieliśmy stać na baczność pod gołym niebem, zmarznięci, przemoczeni do suchej nitki i wyczerpani po długiej podróży. A mimo to nikt nie krył rozradowania! Trafiliśmy do obozu „bez pieców”, a Auschwitz zostało daleko za nami.

Przy innej okazji zwróciliśmy uwagę na grupę skazańców, którzy mijali akurat nasze miejsce pracy. Jakże względny wydał nam się wtedy wymiar ludzkiego cierpienia! Jak zazdrościliśmy im stosunkowo uregulowanego, bezpiecznego i szczęśliwego życia! Ci ludzie z pewnością mieli szczeroteczki do zębów, szczotki do ubrań, sienniki – każdy swój – a raz w miesiącu otrzymywali pocztę z wiadomościami o losie swoich najbliższych, a przynajmniej z informacją, czy nadal żyją. My zaś dawno utraciliśmy prawo do wszystkich tych luksusów.

Jak bardzo zazdrościliśmy też tym z nas, którzy zostali skierowani do fabryki i mogli pracować w osłoniętym pomieszczeniu! Każdy więzień marzył o takim wyróżnieniu, ponieważ mogło ono ocalić mu życie. Ale to jeszcze nie wszystko, jeśli chodzi o skalę względnego szczęścia. Nawet pomiędzy pracującymi poza obozem komandami (do jednego z których sam przynależałem) zdarzały się oddziały uważane za gorsze od innych. Obiektem zazdrości współwięźniów mógł być na przykład człowiek, który nie musiał brodzić w głębokim błocie po stromym nasypie gdzieś w szczerym polu, opróżniając kocioł w kolejowej maszynowni przez dwanaście godzin na dobę. To właśnie przy wykonywaniu tego rodzaju pracy zdarzało się codziennie najwięcej nieszczęśliwych wypadków, z których wiele kończyło się śmiercią.

Niektóre komanda miały tego pecha, że pilnujący ich kapo zdawali się podtrzymywać lokalną tradycję rozdawania ciosów pałąk prawą i lewą, co skłaniało nas do rozmów o naszym jakże względnym szczęściu; dziękowaliśmy wówczas losowi, że im nie podlegamy lub że ich władza nad nami jest tylko tymczasowa. Kiedyś wskutek nieszczęśliwego zbiegu okoliczności trafiłem do takiego komanda. I gdyby nie alarm lotniczy, który przerwał nam pracę zaledwie po dwóch godzinach (w tym czasie kapo szczególnie się nade mną znęcał) i po którym konieczne było przegrupowanie więźniów – wróciłbym do obozu – jestem tego pewien – na jednym z wózków, którymi przewożono zmarłych i umierających z wyczerpania. Niewiarygodne, jaką ulgę

w podobnej sytuacji można poczuć na dźwięk syreny przeciwlotniczej; nie da się tego porównać nawet z tym, co na dźwięk dzwonka kończącego rundę musi czuć zawodowy bokser, uratowany dosłownie w ostatniej chwili od groźby nokautu.

Każde, nawet najdrobniejsze szczęśliwe zrządzenie losu budziło w nas wdzięczność. Cieszyliśmy się, gdy nadchodziła pora odswawiania przed udaniem się na spoczynek, chociaż sam w sobie zabieg ten nie stanowił żadnej przyjemności, jako że wiązał się z wystawianiem nago w wyziębionym baraku, z soplami lodu wiszącymi nad głową. Byliśmy jednak wdzięczni losowi za każdym razem, gdy w trakcie tej operacji nie przeszkodził nam alarm lotniczy ani nie wyłączono nam światła. Niestaranne oczyszczenie ciała z wszy oznaczało bowiem, że przez pół nocy nie zmrużyły oka.

Owe rzadkie uśmiechy losu pozwalały nam odczuwać coś na kształt „negatywu szczęścia” – „wolności od cierpienia”, jak ujął to Schopenhauer – a i ono bywało względne. Autentyczne przyjemności, nawet te najdrobniejsze, zdarzały się niezwykle rzadko. Pamiętam, że pewnego dnia sporządziłem coś w rodzaju bilansu przyjemności – tylko po to, aby przekonać się, że na przestrzeni wielu, wielu minionych tygodni doświadczyłem jedynie dwóch przyjemnych chwil. Jedna z nich miała miejsce, kiedy wróciwszy po całym dniu pracy, po długim oczekiwaniu zostałem wreszcie wpuszczony do obozowej kuchni i zająłem swoje miejsce w kolejce do kucharza F, również więźnia. Stał on za jednym z wielkich kotłów i rozlewał zupę do misek, które podsuwali mu więźniowie przesuwający się w pośpiechu obok jego stanowiska. F był jedynym kucharzem, który nie patrzył na twarze ludzi, których miski napełniał, jedynym, który rozdzielał zupę sprawiedliwie, nie zważając na to, komu ją nalewa i który nie wyróżniał swoich znajomych ani rodaków, wybierając dla nich z dna ziemniaki, podczas gdy pozostali dostawali jedynie wodnistą zawiesinę z samego wierzchu.

Nie mnie jednak osądzać więźniów, którzy faworyzowali w ten sposób swoich krajan. Czyż można rzucić kamieniem w kogoś, kto ponad wszystko stawia swoich przyjaciół, zwłaszcza w sytuacji gdy – prędzej czy później – jeden przyjazny gest może zadecydować o życiu lub śmierci? Żaden człowiek nie powinien osądzać innych, jeśli sam całkowicie szczerze nie odpowie w głębi serca na pytanie, czy w podobnych okolicznościach nie postąpiłby tak samo.

Wiele lat po moim powrocie do normalnego życia (to znaczy wiele lat po wyzwoleniu z obozu) ktoś pokazał mi ilustrowany tygodnik z fotografiami przedstawiającymi stłoczonych na pryzkach więźniów, którzy martwym wzrokiem wpatrywali się w obiektyw.

– Czyż to nie okropne? – powiedział. – Te przerażające twarze, te puste spojrzenia.

– Dlaczego? – zapytałem, autentycznie zaskoczony. Jednocześnie wszystko to raz jeszcze stanęło mi przed oczyma: o piątej rano na zewnątrz wciąż panowały egipskie ciemności. Leżałem

na twardej pryczy w baraku, gdzie „zajmowano się” około siedemdziesięcioma z nas. Jako chorzy nie musieliśmy wychodzić do pracy poza obóz; nie musieliśmy też uczestniczyć w apelach. Przez cały dzień leżeliśmy w swoim kącie baraku, drzemiąc i czekając na codzienny przydział chleba (chorzy otrzymywali oczywiście pomniejszoną rację) i codzienną porcję zupy (rozcieńczoną wodą i również w mniejszej ilości). A jednak jacyż byliśmy wtedy szczęśliwi – szczęśliwi pomimo wszystko. Podczas gdy my tuliliśmy się do siebie, aby uniknąć niepotrzebnej utraty ciepła, podczas gdy byliśmy zbyt leniwi i zobojętniali, aby bez potrzeby ruszyć choćby małym palcem, na placu apelowym rozlegały się przenikliwe gwizdki i głośne okrzyki – nocna zmiana właśnie powróciła z pracy i ustawiała się na apel. Następnie drzwi otwierały się szeroko, wypuszczając do środka śnieżną zadymkę. Jeden z naszych towarzyszy niedoli, całkowicie wyczerpany i przysypany śniegiem, wchodził chwiejnym krokiem do baraku, żeby przysiąść i choć przez kilka minut odpocząć; ale blokowy natychmiast wyrzucał go na zewnątrz. Wpuszczanie „obcych” do baraku było bowiem surowo zabronione, kiedy trwało liczenie więźniów. Jakże żal było mi wówczas tamtego człowieka i jak bardzo cieszyłem się, że nie jestem na jego miejscu, lecz dzięki chorobie mogę spokojnie drzemać „na rewirze”! Jakim wybawieniem była dla mnie możliwość spędzenia tam choćby dwóch dni, a może nawet kolejnych dwóch!

Na widok fotografii w tamtym czasopiśmie przypomniałem sobie to wszystko. Pomimo moich tłumaczeń słuchacze nie potrafili pojąć, dlaczego nie uważam tych zdjęć za przerażające; w moim jednak odczuciu przedstawieni na nich więźniowie nie musieli wcale czuć się nieszczęśliwi.

Czwartego dnia mojego pobytu „na rewirze” otrzymałem przydział do pracy na nocną zmianę. W ostatniej jednak chwili do sali wpadł naczelny lekarz i zaproponował, abym zgłosił się na ochotnika do opieki nad chorymi na tyfus w innym obozie. Chociaż moi znajomi zdecydowanie odradzali mi tę decyzję (i choć żaden z nich nie zaoferował podobnych usług), postanowiłem zgłosić swoją kandydaturę. Wiedziałem, że jeśli wrócę do pracy fizycznej, z pewnością wkrótce umrę. Skoro więc i tak czekała mnie śmierć, chciałem, aby wynikało z niej chociaż coś dobrego. Uznałem, że zdecydowanie rozsądniej będzie spróbować pomóc swoim współtowarzyszom jako doktor, niż dalej wegetować i w końcu stracić życie jako niezdolny do pracy robotnik, którym wówczas byłem.

Z mojej strony była to czysta matematyka, a nie żadne poświęcenie. Okazało się bowiem, że oficer z oddziału do spraw sanitarnych i higieny obozowej wydał w tajemnicy rozkaz, aby obaj lekarze, którzy zgłosili się na ochotnika do pracy z chorymi na tyfus, byli „specjalnie traktowani” do czasu swojego wyjazdu z obozu. Ponieważ byliśmy niezwykle osłabieni, człowiek ten obawiał się, że zamiast lekarzy będzie miał dwa trupy.

Wspominałem już wcześniej, że wszystko, co nie miało bezpośredniego związku z koniecznością utrzymania przy życiu siebie i swoich najbliższych, szybko traciło znaczenie. Wszystko poświęcane było dla osiągnięcia tego jednego celu. Dotyczyło to także psychiki człowieka; panujący w niej chaos zagrażał bowiem wszelkim wyznawanym wcześniej wartościom, podając je w wątpliwość. W świecie, w którym przestawały liczyć się ludzkie życie i godność, w którym człowiekowi odbierano jego wolną wolę i czyniono z niego obiekt eksterminacji (po uprzednim wykorzystaniu do cna jego fizycznych możliwości) – w tym świecie ludzkie ego wyrzekało się ostatecznie wszystkich wartości. Więzień obozu koncentracyjnego, jeśli nie walczył ostatkiem sił o zachowanie szacunku dla samego siebie, zatracał poczucie bycia jednostką, istotą rozumną, obdarzoną wewnętrzną wolnością i wartością. Zaczynał wówczas myśleć o sobie jak o części olbrzymiej ludzkiej masy, a jego egzystencja upodabniała się poziomem do poziomu życia zwierzęcia. Więźniów obozu zaganiano to w jedno, to w drugie miejsce; czasami pędzono ich gdzieś w grupie, czasami osobno – niczym stado owiec pozbawionych własnej woli i zdolności samodzielnego rozumowania. Niewielka grupa osobników, świetnie wyszkolonych w różnych metodach znęcania się sadystów, obserwowała ich bacznie ze wszystkich stron na podobieństwo wściekłych psów. Poganiali oni niezmordowanie swoje stado w tę i z powrotem przy wtórze wrzasków, kopniaków i ciosów pałką. My zaś jak owce myśleliśmy wtedy wyłącznie o dwóch rzeczach: jak uciec przed łapami psów i w jaki sposób zdobyć pożywienie.

Na podobieństwo owiec tłoczących się bojaźliwie jak najbliżej środka stada każdy z nas starał się znaleźć w samym środku formacji. Pozycja ta pozwalała skuteczniej unikać ciosów strażników, maszerujących po obu bokach oraz na czele i na końcu kolumny. Środkowe miejsca miały jeszcze dodatkową zaletę – gwarantowały więźniowi ochronę przed przenikliwym wiatrem. Można zatem powiedzieć, że ratowaliśmy własne życie, usiłując dosłownie wtopić się w tłum. W formacjach marszowych zajmowanie miejsc w szeregu dokonywało się w sposób automatyczny, lecz przy innych okazjach było przejawem jak najbardziej świadomego działania; w ten sposób każdy z nas realizował jedną z podstawowych zasad dotyczących przetrwania w obozie, która brzmiała: „Nie rzucaj się w oczy”. A już za wszelką cenę należało unikać zwracania na siebie uwagi esesmanów.

Zdarzały się oczywiście sytuacje, gdy rzeczą pożądaną, albo wręcz konieczną, było trzymanie się z dala od tłumu. Wszelkimi wiadomo, że w żyjących w przymusowym zamknięciu społecznościach, w których wszystkie działania poddane są nieustannej obserwacji, do głosu dochodzi nieposkromione pragnienie wyrwania się spod stałej kontroli, choćby na krótką chwilę. Więźniowie tęsknili więc do tych momentów, gdy wolno im było znaleźć się sam na sam ze swoimi myślami. Brakowało im prywatności i samotności. Po przeniesieniu mnie do tak zwanego

obożu wypoczynkowego zyskałem rzadki przywilej, a mianowicie możliwość spędzenia od czasu do czasu pięciu minut w spokoju i samotności. Za barakiem, w którym pracowałem i gdzie stłoczono około pięćdziesięciu mających pacjentów, znalazłem ustronne miejsce w załomie podwójnego ogrodzenia z drutu kolczastego. Postawiono tam zaimprovizowany namiot z kilku palików i gałęzi, pod którym składowano jakieś pół tuzina ciał (taka była dzienna umieralność w obozie). Znajdował się tam także włącz do studni kanalizacyjnej. Gdy tylko moja obecność przy chorych nie była konieczna, przysiadłem na jego drewnianej pokrywie. Siedziałem i spoglądałem na łagodne zielone pagórki i błękitniące w oddali wzgórza Bawarii – malowniczy widoczek w ramie z drutu kolczastego. Dawałem się wówczas ponieść tęsknocie i moje myśli płynęły w kierunku północno-wschodnim, w stronę, gdzie znajdował się mój dom. Jedyne jednak, co byłem w stanie dostrzec, to chmury.

Zupełnie nie przeszkadzały mi piętrzące się obok mnie trupy, na których wciąż jeszcze roili się wszy. Z rozmarzenia wyrwały mnie tylko kroki nadchodzącej warty, ewentualnie wezwanie, aby stawić się na izbie chorych lub odebrać świeżo dostarczony przydział leków dla mieszkańców mojego baraku – składało się nań zwykle pięć czy dziesięć tabletek aspiryny, które przez kolejnych kilka dni miały wystarczyć prawie pięćdziesięciu chorym. Po pobraniu leków tradycyjnie odbywałem obchód; mierzyłem pacjentom puls, a w poważniejszych przypadkach wydawałem po pół tabletki aspiryny. Najciężej chorzy nie otrzymywali jednak żadnych leków. I tak by im już nie pomogły, a ci, dla których tliła się jeszcze nadzieja, zostaliby pozbawieni cennej dawki. Lekko chorym nie miałem nic do zaoferowania, może z wyjątkiem kilku słów otuchy. Powłóczę nogami ze zmęczenia, przesuwalem się z wysiłkiem od jednego pacjenta do drugiego, choć sam byłem wyczerpany i osłabiony po ciężkim ataku tyfusu. Po wszystkich zaś wracałem do mojej samotni przy drewnianej pokrywie włącz do studni kanalizacyjnej.

Tak się zresztą złożyło, że ów włącz uratował kiedyś życie trzem moim towarzyszom. Na krótko przed wyzwoleniem obożu organizowane były masowe transporty do Dachau, a owi trzej więźniowie mądrze postanowili uniknąć wywózki i ukryli się przed strażnikami w studni kanalizacyjnej. Ja zaś spokojnie przysiadłem na pokrywie włącz i starając się nie wzbudzać niczyich podejrzeń, jak dziecko bawiłem się w rzucanie kamykami w ogrodzenie z drutu kolczastego. Na ten widok jeden ze strażników zawahał się, lecz po chwili minął mnie i poszedł dalej. Wkrótce też mogłem poinformować ukrywających się na dole mężczyzn, że najgorsze niebezpieczeństwo minęło.

Osobie z zewnątrz niezwykle trudno jest pojąć to, jak niewielką wartość przedstawiało w obozie ludzkie życie. My, więźniowie, byliśmy odpowiednio zahartowani, lecz nawet nas uderzało od czasu do czasu całkowite lekceważenie życia drugiego człowieka. Zdarzało się to na przykład

podczas organizowania wywózki chorych. Wychudzone jak szkielety ciała pacjentów wrzucane były na dwukołowe wózki, które następnie więźniowie własnymi siłami ciągnęli przez wiele kilometrów, często w śnieżycy, do innego obozu. Jeśli któryś z chorych umarł przed odjazdem, jego ciało i tak wrzucano na wózek – lista musiała się przecież zawsze zgadzać! Tylko ona się liczyła. Człowiek zaś liczył się o tyle, że posiadał obozowy numer. Więzień był dosłownie sprowadzony do roli numeru; to, czy żył, czy umierał, nie miało znaczenia – życie „numeru” nikogo tam nie interesowało. To zaś, co stało za tym numerem i życiem, liczyło się jeszcze mniej: los jednostki, jej przeszłość, imię i nazwisko. W jednym z transportów przewożących chorych, którym jako lekarz musiałem towarzyszyć w ich drodze z jednego bawarskiego obozu do innego, był pewien młody więzień, którego brat nie znalazł się na liście i z tego powodu nie mógł razem z nim jechać. Młody ów człowiek tak długo błagał obozowego strażnika, aż ten zgodził się na zamianę i brat więźnia mógł zająć miejsce człowieka, który akurat w tamtym momencie wołał pozostać w obozie. Lista musiała się jednak zgadzać! To już jednak nie nastroczało większych trudności. Brat chorego po prostu zamienił się numerami z tym drugim więźniem.

Jak już wcześniej wspominałem, żaden z nas nie posiadał dokumentów; człowiek cieszył się, mając do dyspozycji własne ciało, w którym mimo wszystko tliło się jeszcze życie. Cała reszta, to znaczy łachmany wiszące na naszych chudych jak szkielety postaciach, liczyła się tylko wtedy, gdy ich właściciel trafiał na listę chorych przeznaczonych do wywózki. Opuszczający obóz „muzulmanie” poddawani byli bezceremonialnym oględzinom mającym stwierdzić, czy ich pasiaki albo buty nie są przypadkiem lepsze niż nasze własne. Ich los był już však przypieczętowany. Ci zaś, którzy pozostawali w obozie i nadal byli w stanie choć trochę pracować, musieli wykorzystywać każdą nadarżającą się okazję, żeby poprawić swoje szanse na przeżycie. Nikt tam nie bawił się w sentymenty. Uważaliśmy poza tym, że nasze życie zależy całkowicie od humoru strażników – byliśmy igraszką w rękach losu. To sprawiało, że w naszych oczach chorzy towarzysze stawiali się jeszcze bardziej odczłowieczeni, niż i tak już byli z uwagi na okoliczności.

Jako więzień obozu w Auschwitz przyjąłem pewną zasadę, która okazała się niezwykle przydatna i której później przestrzegała również większość moich towarzyszy. Pytany o różne rzeczy generalnie starałem się odpowiadać zgodnie z prawdą, milczałem jednak w sprawach, o które mnie wprost nie pytano. Jeżeli pytanie dotyczyło mojego wieku, podawałem go zgodnie ze stanem faktycznym. Pytany o zawód, odpowiadałem: „lekarz”, nie rozwijałem jednak szerzej tego tematu. Pierwszego poranka w Auschwitz na placu apelowym stał się oficer SS. Zgodnie z jego rozkazem musieliśmy podzielić się na grupy: w jednej więźniowie powyżej czterdziestu lat, w drugiej – poniżej czterdziestu lat; w jednej ślusarze, w innej mechanicy, i tak dalej. Potem

przebadano nas pod kątem przepukliny i część z nas musiała utworzyć jeszcze jedną grupę. Moja grupa została zapędzona do baraku, gdzie znowu kazano nam ustawić się w rzędach. Po kolejnej selekcji, podczas której musiałem odpowiedzieć na pytania o mój wiek i zawód, trafiłem do niedużej grupki więźniów. Następnie zapędzono nas do jeszcze innego baraku i tam po raz kolejny przegrupowano. Trwało to przez jakiś czas; bardzo się martwiłem, ponieważ w pewnym momencie otoczyli mnie całkiem obcy ludzie mówiący niezrozumiałymi dla mnie językami. Wreszcie odbyła się ostatnia selekcja, po której znalazłem się z powrotem w tej samej grupie, do której przydzielono mnie w pierwszym baraku! Moi towarzysze nawet nie zauważyli, że w tym czasie zwiedziłem ponad połowę obozu. Ja jednak wiedziałem, że mój los ważył się wielokrotnie podczas minionych minut.

Gdy organizowano transport chorych do „oboza wypoczynkowego”, moje nazwisko (a raczej numer) również znalazło się na liście, jako że generalnie brakowało lekarzy. Nikt z nas nie wierzył jednak, że celem naszej podróży rzeczywiście jest obóz dla rekonwalescentów. Kilka tygodni wcześniej zorganizowano podobny transport. Wtedy także wszyscy byli przekonani, że chorzy zmierzają wprost do komór gazowych. Kiedy ogłoszono, że nazwisko każdego, kto zgłosił się do pracy na ochotnika na znienawidzoną nocną zmianę, zostanie usunięte z listy przeznaczonych do wywózki, natychmiast zgłosiło się osiemdziesięciu dwóch ochotników. Kwadrans później transport odwołano, lecz nazwiska owych osiemdziesięciu dwóch więźniów pozostały na liście chętnych do pracy na nocną zmianę. Dla większości z nich oznaczało to śmierć w ciągu najbliższych dwóch tygodni.

Teraz zaś po raz drugi organizowano transport dla pozostałych więźniów. I znowu nikt z nas nie wiedział, czy jest to tylko podstęp, żeby pozyskać spośród chorych resztki siły roboczej – choćby tylko na najbliższe czternaście dni – ani czy transport trafi do gazu, czy może jednak do prawdziwego obozu dla rekonwalescentów. Naczelný lekarz, który zdążył mnie już polubić, wyznał mi ukradkiem pewnego wieczoru za kwadrans dziesiąty:

– Przekazałem sanitariuszom, że twoje nazwisko może jeszcze zostać skreślone z listy; masz szansę to zrobić do godziny dziesiątej.

Odparłem, że nie byłoby to zgodne z moimi zasadami; nauczyłem się już zdawać na los.

– Równie dobrze mogę zostać tutaj, ze swoimi przyjaciółmi – powiedziałem.

W jego oczach błysnęło współczucie, tak jakby wiedział... W milczeniu uściśnął mi dłoń, jakbyśmy się żegnali nie na pewien czas tylko, ale na wieczność. Wolno wróciłem do swojego baraku. Zostałem tam oczekującego mnie przyjaciela.

– Naprawdę chcesz z nimi jechać? – zapytał mnie ze smutkiem.

– Tak, pojadę.

Łzy napływały mu do oczu, a ja usiłowałem go pocieszać. Pozostała mi jednak jeszcze jedna

sprawa do załatwienia – przekazać swoją ostatnią wolę.

– Posłuchaj, Otto. Gdybym nie wrócił do domu, do żony, a ty miałbyś okazję się z nią widzieć, powiedz jej, że codziennie, w każdej godzinie, z nią rozmawiałem. Pamiętaj. Po drugie, powiedz, że nikogo tak nie kochałem jak jej. A po trzecie, że ten krótki czas, przez jaki byliśmy małżeństwem, jest dla mnie najważniejszy, ważniejszy nawet niż to, przez co tutaj przechodzimy.

Drogi Otto, gdzie teraz jesteś? Czy żyjesz? Co się z tobą działo od czasu, gdy spędziliśmy razem tę ostatnią godzinę? Czy odnalazłeś swoją żonę? I czy pamiętasz, jak kazałem ci nauczyć się na pamięć mojego testamentu – słowo po słowie – chociaż płakałeś wtedy jak dziecko?

Następnego ranka wyruszyłem w drogę wraz z transportem chorych. Tym razem nie był to podstęp. Nie zmierzaliśmy jednak do komór gazowych, tylko rzeczywiście do obozu dla rekonwalescentów. Ci, którzy tak bardzo mi współczuli, pozostali w obozie, gdzie wkrótce głód zaczął dawać się bardziej we znaki niż w naszym nowym miejscu pobytu. Moi dawni towarzysze próbowali się ratować, lecz tym samym przypieczętowali swój los. Wiele miesięcy później, już po wyzwoleniu, spotkałem jednego z moich przyjaciół z poprzedniego obozu. Opowiedział mi, że jako obozowy policjant otrzymał pewnego dnia polecenie odnalezienia fragmentu ludzkiego ciała, który zniknął ze sterty trupów. Odnalazł je w garnku, w którym się gotowało, i skonfiskował. Tak wyglądały początki kanibalizmu w obozie. Wyjechałem stamtąd jak widać w samą porę.

Powyższa historia przypomina mi przypowieść zatytułowaną „Śmierć w Teheranie”. Pewnego razu bogaty i wpływowy Pers przechadzał się po ogrodzie z jednym ze swych służących. Służący ze łzami opowiedział mu, że dopiero co spotkał Śmierć, która mu groziła, i błagał swojego pana, aby podarował mu najszybszego rumaka, ażeby mógł jak najprędzej umknąć do Teheranu, dołączyć do rodziny i jeszcze tego samego wieczora. Jego pan łaskawie na to przystał i służący pogalopował w stronę miasta. Po powrocie do domu Pers zastał tam Śmierć we własnej osobie i zapytał ją: „Dlaczego groziłaś memu słudze i tak go przeraziła?”. „Wcale mu nie groziłam; wyraziłam tylko swoje zdumienie, że wciąż jest tutaj, bo zamierzałam spotkać się z nim dziś wieczorem w Teheranie” – odparła Śmierć.

Więzień obozu jak ognia bał się podejmowania decyzji oraz konieczności przejawiania jakiegokolwiek inicjatywy. Wynikało to z głębokiego przekonania, iż człowiekiem rządzi los, on sam zaś w żadnym razie nie powinien nań wpływać, lecz z pokorą przyjmować jego wyroki. Dodatkowym problemem była apatia, która w nie mniejszym stopniu wpływała na zachowanie więźnia. Bywały jednak chwile, gdy umiejętność błyskawicznego podejmowania decyzji stawała się dla człowieka kwestią życia lub śmierci. Było nawet wtedy niektórzy z nas woleli, by los wybrał za nich. Ta ucieczka od odpowiedzialności stawała się szczególnie widoczna, gdy chodziło o podjęcie decyzji dotyczącej ewentualnej próby ucieczki. W ciągu tych kilku minut,

kiedy trzeba się było zdecydować – a zawsze była to kwestia minut – więzień cierpiał prawdziwe katusze. Czy powinien spróbować uciec? Czy powinien aż tak bardzo ryzykować?

Ja również na własnej skórze doświadczyłem podobnej udręki. Gdy front zbliżył się do obozu, nadarzyła się okazja do ucieczki. Jeden z moich kolegów po fachu, który w ramach swych obowiązków lekarskich musiał odwiedzać baraki poza granicami obozu, zapragnął zbiec i chciał, żebym razem z nim poszedł. Pod pretekstem odbycia konsultacji w sprawie pewnego pacjenta, którego przypadek wymagał porady specjalisty, przesmuglował mnie kiedyś poza teren obozu. Oczekujący nas na zewnątrz członek zagranicznej organizacji ruchu oporu miał nam dostarczyć mundury i dokumenty. W ostatniej chwili doszło jednak do jakichś technicznych komplikacji i musieliśmy wrócić do obozu. Wykorzystaliśmy tę okazję, żeby zaopatrzyć się w jakże potrzebne zapasy żywności – kilka zgniłych ziemniaków – i poszukać jakiegoś plecaka.

W tym celu włamaliśmy się do baraku dla kobiet, który stał pusty od chwili, gdy więźniarki przeniesiono do innego obozu. W środku panował straszny bałagan; widać było, że znacznej liczbie kobiet udało się zorganizować zapasy i zbiec przed wywózką. W baraku poniewierały się łachmany, stara słoma, gnijąca żywność i potłuczone naczynia. Kilka misek było w całkiem dobrym stanie i mogły okazać się dla nas cenne, ale zdecydowaliśmy się ich nie zabierać. Wiedzieliśmy, że w miarę jak warunki bytowe w obozie ulegały pogorszeniu, miski coraz częściej służyły więźniom nie tylko do jedzenia, lecz również do mycia się; wykorzystywano je także jako nocniki (w obozie obowiązywał surowo egzekwowany zakaz przechowywania w barakach jakichkolwiek przedmiotów codziennego użytku. Niektórzy – zwłaszcza chorujący na tyfus – byli jednak zmuszeni go łamać, jako że byli zbyt osłabieni, żeby nawet z czyjąś pomocą opuszczać barak). Stanąłem zatem na czujce, a mój kolega zakradł się do baraku, aby po chwili wrócić z plecakiem, który ukrył za pazuchą. W środku widział jeszcze jeden, który mogłem sobie przywłaszczyć. Zamieniliśmy się więc i teraz ja wszedłem do baraku. Przeszukując rozmaite rupiecie, wśród których znalazł się plecak i nawet szczoteczka do zębów, ujrzałem nagle, pomiędzy pozostawionymi w pośpiechu rzeczami, ciało martwej kobiety.

Wróciłem biegiem do baraku po swój skromny dobytek miskę na żupę, parę podartych rękawic „odziedziczonych” po zmarłym na tyfus pacjencie oraz kilka skrawków papieru, na których stenografowałem swoje notatki (jak już wspominałem wcześniej, w obozie zacząłem odtwarzać z pamięci rękopis utracony w Auschwitz). Następnie odbyłem ostatni szybki obchód wśród swoich pacjentów, którzy leżeli, tuląc się do siebie, na spróchniałych pryczach stojących rzędami po obu stronach baraku. Podszedłem do swojego jedyne go rodaka, umierającego człowieka, którego życie miałem ambicję ocalić na przekór wszystkiemu. Nie mogłem zdradzić się przed nim z zamiarem ucieczki, lecz mój krajan najwyraźniej wyczuł, że coś jest nie w porządku (niewykluczone, że przejawiałem pewną nerwowość). Zapytał mnie zatem słabym

głosem: „Więc ty też chcesz się stąd wydostać?”. Zaprzeczyłem, lecz nie potrafiłem uciec wzrokiem przed jego zasmuconym spojrzeniem. Po skończonym obchodzie jeszcze raz wróciłem do niego. Ponownie poczułem na sobie jego smutne spojrzenie, które odebrałem jako nieme oskarżenie. Przykre uczucie, jakie dręczyło mnie od chwili, gdy obiecałem memu znajomemu, iż razem z nim ucieknę, teraz jeszcze bardziej się nasiliło. Nieoczekiwanie postanowiłem choć raz wziąć los w swoje ręce. Wybiegłem z baraku i oznajmiłem mojemu towarzyszowi, że z nim nie idę. Gdy tylko przekazałem mu swoją ostateczną decyzję, mówiąc, że postanowiłem zostać ze swoimi pacjentami, przykre uczucie natychmiast mnie opuściło. Nie miałem pojęcia, co przyniosą nadchodzące dni, zyskałem jednak wewnętrzny spokój, jakiego nigdy przedtem nie doświadczyłem. Wróciłem potem „na rewir”, usiadłem na drewnianej pryczy w nogach chorego rodaka i spróbowałem wlać w jego serce otuchę. Następnie zająłem się innymi pacjentami, usiłując uspokoić ich w gorączkowych majakach.

Nareszcie nadszedł ostatni dzień naszego pobytu w obozie. W miarę zbliżania się frontu organizowano masowe transporty, aż niemal wszyscy więźniowie zostali przeniesieni do innych obozów. Potem obozowe władze, kapo i kucharze salwowali się ucieczką. Tego dnia wydano rozkaz, zgodnie z którym obóz przed zachodem słońca miał być całkowicie ewakuowany. Mieli go opuścić nawet ci nieliczni więźniowie (chorzy, garstka lekarzy i kilku „pielęgniarzy”), którzy dotychczas w nim przebywali. Nocą obozowe budynki miały zostać spalone. Jednak ciężarówki, które po południu miały zabrać chorych, nie pojawiły się. Zamiast tego niespodziewanie zamknięto bramę obozu, a strażnicy bacznie obserwowali druty kolczaste, aby nikt nie próbował się przez nie wydostać. Wyglądało na to, że zamierzają nas spalić żywcem w barakach. Wówczas to po raz drugi podjęliśmy z moim przyjacielem decyzję o ucieczce.

Wcześniej otrzymaliśmy rozkaz pogrzebania trzech zmarłych poza ogrodzeniem z drutu kolczastego. Tylko my dwaj w całym obozie mieliśmy dość sił, aby wykonać to zadanie. Niemal wszyscy pozostali leżeli złożeni gorączką i majaczący w tych kilku barakach, które nadal były używane. Wtedy to zrodził się w naszych głowach plan: wraz z pierwszymi zwłokami postanowiliśmy przemycić plecak mojego towarzysza, ukrywając go w starej balii, która miała posłużyć jako trumna. Wynosząc z obozu drugie ciało, mieliśmy przesznułować w ten sam sposób mój plecak, a za trzecim razem zamierzaliśmy spróbować uciec. Pierwsze dwa kursy odbyły się zgodnie z planem. Po powrocie rozdzieliliśmy się: podczas gdy ja czekałem, mój przyjaciel udał się na poszukiwanie chleba, żebyśmy mieli czym zaspokoić głód w ciągu kolejnych kilku dni w lesie. Czekałem więc; mijały kolejne minuty. Z każdą chwilą coraz niecierpliwiej wyglądałem powrotu mego towarzysza. Po trzech latach pobytu w obozie wprost nie mogłem się już doczekać upragnionej wolności. Z radością wyobrażałem sobie, jak wspañiale będzie biec na spotkanie zbliżającego się frontu; nie dane mi jednak było się o tym przekonać.

Mój przyjaciel zjawił się nareszcie, lecz w tym samym momencie otworzyła się szeroko obozowa brama i na plac apelowy godnie wtoczył się wspaniały, połyskujący aluminium samochód, na którego bokach namalowane były dwa czerwone krzyże. Jak się okazało, przywiózł on z Genewy wysłannika Międzynarodowego Czerwonego Krzyża, pod którego bezpośrednią opieką miał się odtąd znajdować obóz i wszyscy pozostali w nim jeszcze więźniowie. Wysłannik ów zakwaterował się w pobliskim gospodarstwie, aby w razie nagłej potrzeby być blisko obozu. Kto w takiej sytuacji zwracałby sobie głowę uciekaniem? Z samochodu wyładowano całe skrzynie leków, więźniowie otrzymali też pod dostatkiem papierosów i zostali obfotografowani. Zapanowała powszechna radość, a najważniejsze było to, że nie musieliśmy już ryzykować życia, podejmując próbę ucieczki w kierunku zbliżającego się frontu.

W całym tym radosnym zamieszaniu całkiem zapomnieliśmy o trzecim ciele, wynieśliśmy je więc teraz na zewnątrz i wrzuciliśmy do przygotowanego wcześniej wąskiego grobu, w którym pochowaliśmy już dwóch zmarłych. Towarzyszący nam strażnik – stosunkowo niegroźny osobnik – nieoczekiwanie był dla nas bardzo miły. Wiedział, że lada moment sytuacja może się odmienić na jego niekorzyść i próbował zaskarbić sobie naszą przychylność. Przyłączył się nawet do krótkiej modlitwy, jaką odmówiliśmy za dusze zmarłych, zanim zasypaliśmy grób ziemią. Po tych ostatnich dniach i godzinach, tak pełnych napięcia i podniecenia, stanowiących ostatni etap naszego wyścigu ze śmiercią, wypowiadane przez nas słowa wypraszające pokój duszy brzmiały tak żarliwie, że wprost trudno to opisać.

Tak więc ostatni dzień naszego pobytu w obozie upłynął pod znakiem oczekiwania na rychłe wyzwolenie. Nasza radość okazała się jednak przedwczesna. Wysłannik Czerwonego Krzyża zapewniał nas, że podpisano odpowiednie porozumienie, na mocy którego nie groziła już nam ewakuacja. Lecz jeszcze tej samej nocy obudził nas warkot ciężarówek to esesmani przywieźli rozkaz likwidacji obozu. Ostatni pozostający przy życiu więźniowie mieli zostać przewiezieni do obozu centralnego, a stamtąd w ciągu czterdziestu ośmiu godzin wysłani transportem do Szwajcarii, gdzie miała się dokonać ich wymiana na niemieckich jeńców wojennych. Wprost nie poznawaliśmy „naszych” esesmanów, tak byli nam życzliwi. Nakładali wszystkich, aby bez obawy wsiadali do ciężarówek, mówili, że powinniśmy być wdzięczni losowi za tak wielkie szczęście. Ci, którzy mogli, o własnych siłach wdrapywali się na ciężarówki; ciężko chorych i osłabionych z trudem na nie wciągano. Mój przyjaciel i ja, nie usiłując już dłużej ukrywać naszych plecaków, czekaliśmy w ostatniej grupie na swoją kolej. Okazało się jednak, że w ostatniej ciężarówce było miejsce tylko dla trzynastu spośród nas. Naczelný lekarz odliczył więźniów, pomijając przy tym mnie i mojego towarzysza. Trzynastu szczęśliwców trafiło na pałę ciężarówki, my zaś zostaliśmy na placu. Zaskoczeni, bardzo zdenerwowani i rozczarowani obwinialiśmy naczelnego lekarza, który tłumaczył się zmęczeniem i rozrządzeniem. Na koniec

dodał, iż sądził, że nadal zamierzamy uciec z obozu. Poirytowani usiedliśmy na ziemi i nie zdejmując plecaków, czekaliśmy wraz z garstką innych więźniów na ostatni już transport. Oczekiwanie bardzo się jednak przedłużało. W końcu położyliśmy się spać na siennikach w opuszczonej wartowni, wyczerpani podnieceniem kilku ostatnich godzin i dni, podczas których miotaliśmy się między nadzieją a rozpaczą. Zasnęliśmy w butach i ubraniach, gotowi w każdej chwili wyruszyć w drogę.

Obudziły nas odgłosy wystrzałów i ognia artyleryjskiego; barak wypełnił się dymem, błyski pocisków przecinały ciemności nocy. Nadbiegł naczelný lekarz i nakazał nam szukać schronienia na podłodze. Jeden z więźniów zeskokczył z górnej pryczy, trafiając obutymi stopami prosto w mój brzuch. To wydarzenie do reszty mnie otrzeźwiło! Dopiero po pewnym czasie zrozumieliśmy, co się stało: tak długo wyczekiwany front wreszcie zbliżył się do obozu! Z czasem odgłosy walki ucichły i nastał świt. Wyszliśmy przed barak. Na słupie przy bramie wjazdowej do obozu powiewała na wietrze biała flaga.

Wiele tygodni później dowiedzieliśmy się, że nawet w tych ostatnich godzinach naszego pobytu w obozie byliśmy igraszką w rękach kapryśnego losu. Mogliśmy się przekonać, jak niepewne bywają ludzkie decyzje, szczególnie w kwestiach życia i śmierci. Pokazano mi pewnego razu fotografie zrobione w pewnym małym obozie położonym niedaleko naszego. Otóż tamtej nocy wszyscy nasi towarzysze, którzy sądzili, że wyruszają w podróż ku upragnionej wolności, zostali przewiezieni ciężarówkami do tegoż obozu, a następnie zamknięci w pustych barakach i żywcem spaleni. Na zdjęciach można było rozpoznać ich częściowo zwęglone zwłoki. Przypomniała mi się wówczas przyповідź o Śmierci w Teheranie.

Poza tym, że w przypadku więźniów apatia pełniła funkcję mechanizmu obronnego, najzwyczajniej w świecie była ona także skutkiem działania wielu czynników. Na przykład głód oraz brak snu wywoływały apatię (jak to się zresztą dzieje również w normalnym życiu) oraz ogólne rozdrażnienie charakterystyczne dla stanu umysłu więźnia. Za brak snu odpowiadało po części dręczące nas robactwo, od którego, z uwagi na ogólny brak higieny i fatalne warunki sanitarne, rośli się nasze przepełnione baraki. Fakt, że pozbawiono nas zarówno nikotyny, jak i kofeiny, dodatkowo pogłębiał ów stan zubożenia i rozdrażnienia.

Oprócz powodów fizjologicznych istniały również przyczyny psychiczne, przybierające formę pewnych kompleksów. Większość więźniów cierpiała na coś w rodzaju kompleksu niższości. Dawniej każdy z nas był – lub przynajmniej uważał, że jest – „kims”; teraz wszystkich nas traktowano jak kompletne zera (świadomość własnej wartości, jako zakorzeniona głębiej, w wyższych wartościach duchowych, nie ulegała tak łatwo zachwianiu w warunkach życia

obozowego. Ale ilu ludzi wolnych, o więźniach nawet nie wspominając, jest nią obdarzona?). Podświadomie więzień czuł się istotą całkowicie zdegradowaną. Jest to szczególnie czytelne, jeśli prześledzi się kontrasty pomiędzy kolejnymi szczeblami specyficznej obozowej hierarchii. „Ważniejsi” więźniowie, kapo, kucharze, magazynierzy i obozowi policjanci z zasady wcale nie czuli się gorsi, w odróżnieniu od większości więźniów, wprost przeciwnie – uważali się za wyróżnionych! Niektórzy z nich przejawiali wręcz manię wielkości w miniaturze. Rzecz jasna pozostali zazdrościli im lepszej pozycji, a ich reakcje psychiczne wywołane przez gniew i zawiść przybierały rozmaite formy, na przykład postać żartów. Usłyszałem kiedyś, jak dwóch więźniów rozmawiało o pewnym kapo. Nagle jeden powiedział do drugiego: – Wyobraź sobie, że znałem go, gdy był tylko prezesem wielkiego banku. Czy to nie jest niezwykle, że zaszedł w życiu aż tak wysoko?

Za każdym razem, gdy zdegradowana większość i wyróżniana mniejszość wchodziły ze sobą w konflikt (a okazji po temu nie brakowało, poczynając od rozdziału racji żywnościowych), wybuch był raczej nieunikniony. Do ogólnego rozdrażnienia (wywołanego przez opisane wyżej czynniki fizjologiczne) dochodziło jeszcze napięcie psychiczne; nic więc dziwnego, że często ich efektem były zbiorowe rękoczyny. Ponieważ więźniowie nieustannie byli świadkami scen bicia, automatycznie zwiększała się ich skłonność do przemocy. Sam często pod wpływem skrajnego głodu i zmęczenia czułem, jak moje pięści instynktownie zaciskają się w gniewie. A zmęczony byłem prawie bez przerwy, ponieważ całymi nocami musieliśmy dokładać do piecyka, który wolno nam było trzymać w baraku dla chorych na tyfus. Mimo to właśnie w środku nocy, kiedy inni spali albo majaczyli, przeżywałem prawdziwą idyllę, którą trudno porównać z cymkolwiek innym. Wyciągałem się wtedy przed piecykiem i na kradzionych węglach piekłem kradzione ziemniaki. Nazajutrz jednak byłem zawsze jeszcze bardziej zmęczony, apatyczny i rozdrażniony.

Zdarzyło się, że pracując jako lekarz na bloku dla chorych na tyfus, musiałem zastąpić blokowego, który także zachorował. Tym samym stałem się odpowiedzialny przed władzami obozu za utrzymanie baraku w czystości – o ile w ogóle w tych warunkach można było o niej mówić. Częste inspekcje, jakim nas w związku z tym poddawano, bardziej niż higienę miały na celu dręczenie nas. Więcej korzyści przyniosłoby zwiększenie racji żywnościowej i kilka leków, jednak inspektorów bardziej interesowało, czy na środku korytarza nie leży przypadkiem żdźbło słomy albo czy brudne, podarte i rojące się od robactwa łóżca pacjentów są porządnie złożone w nogach pryczy. Jeśli zaś chodzi o los więźniów, byli całkowicie obojętni. O ile tylko porządnie składałem meldunek, zrywając czapkę z ogolonej głowy i trzaskając obcasami: „Barak numer VI/9: 52 pacjentów, dwóch sanitariuszy i jeden lekarz”, byli usatysfakcjonowani i zaraz potem wychodzili. Jednak dopóki inspekcja się nie odbyła – często inspektorzy zjawiali się wiele godzin

później, niż było to zapowiedziane, a czasami wcale – moim obowiązkiem było nieustannie wyrównywać koce, zbierać źdźbła słomy, które spadły z prycz na podłogę, i pokrzykiwać na biedaków, którzy rzucali się na swoich posłaniach, obracając wniwecz moje wysiłki zmierzające do utrzymania ładu i czystości. Wśród gorączkujących pacjentów apatia była szczególnie nasilona, dlatego tylko krzykiem można było spowodować pożądaną reakcję. Jednak nawet i ta metoda czasami zawodziła, a wówczas potrzeba było całej siły woli, żeby nikogo nie uderzyć. Rozdrażnienie przybierało monstrualne rozmiary w obliczu apatii innego człowieka, szczególnie w sytuacji zagrożenia (w tym wypadku zbliżającej się inspekcji).

Podjmując próbę analizy psychologicznej i psychopatologicznego wytłumaczenia charakterystycznego stanu umysłu więźnia obozu koncentracyjnego, liczyłem się z tym, że czytelnik może odnieść wrażenie, jakoby człowiek był całkowicie i w sposób nieunikniony zależny od swojego otoczenia (w tym wypadku przez otoczenie należy rozumieć specyfikę życia obozowego, która zmuszała więźnia do dostosowywania swoich zachowań do określonych wzorców). A co z wolnością człowieka? Czy nie istnieje coś takiego, jak wewnętrzna wolność w odniesieniu do naszych zachowań i wyborów w danej sytuacji? Czy prawdziwa jest teoria, zgodnie z którą człowiek nie jest niczym więcej, jak tylko produktem rozmaitych uwarunkowań, zarówno natury biologicznej, jak i psychologicznej czy socjologicznej? Czy żabyśmy byli jedynie wypadkową tych czynników? I wreszcie, co najważniejsze, czy reakcje więźniów na osobliwy świat obozu koncentracyjnego rzeczywiście świadczą o tym, że człowiek nie jest w stanie wyzwolić się spod wpływu swojego otoczenia? Czy to znaczy, że w obliczu pewnych okoliczności nie mamy swobody decydowania o własnym postępowaniu?

Na powyższe pytania można odpowiedzieć zarówno na podstawie własnych doświadczeń, jak i czysto teoretycznie. Doświadczenia życia obozowego wyraźnie pokazują, że człowiek ma wolność wyboru tego, jak postępuje. Istnieje wystarczająco wiele przykładów, często niezwykle heroicznych, będących dowodem na to, iż apatię można było przezwyciężyć, a rozdrażnienie opanować. Człowiek może zachować resztki wewnętrznej wolności, niezależności myśli, nawet w warunkach tak koszmarnego psychicznego i fizycznego stresu.

My, którzy byliśmy więzieni w obozach koncentracyjnych, dobrze pamiętamy ludzi wędrujących od baraku do baraku, pocieszających towarzyszy niedoli, ofiarujących im ostatni kawałek chleba. Nie było ich zbyt wielu, lecz stanowią wystarczający dowód na to, że człowiekowi można odebrać wszystko z wyjątkiem jednego – ostatniej z ludzkich swobód: swobody wyboru swojego postępowania w konkretnych okolicznościach, swobody wyboru własnej drogi.

Wyborów zaś trzeba było dokonywać bez przerwy. Każdy dzień, każda godzina stwarzały

możliwość podejmowania decyzji – decyzji, od których zależało, czy człowiek ulegnie siłom mającym władzę pozbawić go własnego „ja”, jego wewnętrznej wolności; które rozstrzygały, czy stanie się igraszką w rękach losu, czy wyrzeknie się wolności i godności, pozwalając się wtłoczyć w schemat zachowań typowego więźnia.

Widziane z tej perspektywy psychiczne reakcje więźniów obozu koncentracyjnego muszą wydawać się czymś więcej niż tylko wyrazem pewnych fizjologicznych i socjologicznych uwarunkowań. Jeśli nawet takie okoliczności, jak niedobór snu, niedożywienie oraz różnego rodzaju stresy, mogłyby świadczyć o tym, że więźniowie zmuszeni byli reagować w określony sposób, w ostatecznym rozrachunku staje się jasne, że to, jakim człowiekiem więzień się stawał, było wynikiem wewnętrznej decyzji, a nie tylko efektem wpływów obozowej rzeczywistości. Zasadniczo zatem każdy człowiek jest w stanie – nawet w tak skrajnych okolicznościach – decydować o tym, kim się stanie, zarówno pod względem psychicznym, jak i duchowym. Innymi słowy, nawet w obozie koncentracyjnym można zachować ludzką godność. Dostojewski powiedział kiedyś: „Tylko jednego się obawiam: że nie okaże się godny swojego cierpienia”. Słowa te często przychodziły mi na myśl, gdy zapoznawałem się z losami obozowych męczenników, których postępowanie, cierpienie i śmierć stanowiły żywy dowód tego, że człowiek nie może utracić ostatniej ze swych wewnętrznych swobód. Można powiedzieć, że ludzie ci okazali się godnymi swego cierpienia; to, jak je znosili, było prawdziwym duchowym osiągnięciem. Bo przecież to właśnie nasza wewnętrzna wolność, której nikt nam nie jest w stanie odebrać, nadaje życiu sens i znaczenie.

Aktywne życie daje człowiekowi możliwość realizowania swoich wartości poprzez kreatywną pracę, a bierna umiejętność odczuwania przyjemnych doznań pozwala mu odnaleźć spełnienie poprzez doświadczanie piękna, sztuki lub natury. Gdyby jednak odrzec ludzkie życie z wszelkiej kreatywności i przyjemności, pozostanie w nim jeszcze jedna wartość, dopuszczająca jedynie zachowania najwyższej moralnej próby; wartością tą jest mianowicie nastawienie człowieka do własnej egzystencji – egzystencji podlegającej zewnętrznym ograniczeniom. Przebywającemu w obozie człowiekowi odbiera się możliwość prowadzenia twórczego, aktywnego życia, jak również pozbawia się go szans czerpania z życia przyjemności. Ale nie tylko życie kreatywne i polegające na bogactwie doznań ma sens; skoro życie jako takie ma jakikolwiek sens, wówczas musi mieć go również cierpienie. Ludzka egzystencja nie jest bowiem kompletna bez cierpienia i śmierci.

To, w jaki sposób człowiek akceptuje swoje przeznaczenie i cierpienie, jakie ono z sobą niesie, to, w jaki sposób bierze na barki swój krzyż, może być dla niego – nawet w najtrudniejszych chwilach – wyjątkową okazją do pogłębienia sensu własnego życia. Może bowiem wbrew wszystkiemu zachować odwagę i bezinteresowność albo walcząc zaciekle o przetrwanie,

zapomnieć o swojej ludzkiej godności i zniżyć się do poziomu zwierzęcia. Człowiek może zatem wykorzystać szansę, jaką daje mu życie i wzrastać moralnie na przekór temu, co się z nim dzieje, ale może też ją odrzucić. Jego decyzja świadczy zaś o tym, czy jest godzien swojego cierpienia, czy nie.

Nie należy uważać tego rodzaju rozważań za zbyt oderwane od życia i rzeczywistości. To prawda, że zaledwie garstka ludzi jest zdolna wykazać się tak silnym kręgosłupem moralnym. Spośród tysięcy więźniów tylko nielicznym udało się zachować swoją wewnętrzną wolność i traktować cierpienie jako okazję do duchowego rozwoju, lecz nawet pojedynczy przykład stanowi wystarczający dowód na to, że dzięki wewnętrznej sile można wznieść się ponad wszystko, co przyniesie los. Zjawisko to nie ogranicza się zresztą do obozów koncentracyjnych; każdego dnia na całym świecie ludzie muszą stawiać czoła przeznaczeniu; mają wówczas szansę, aby poprzez swoje cierpienie osiągnąć coś dobrego.

Weźmy na przykład ludzi chorych, zwłaszcza nieuleczalnie. Wpadł mi kiedyś w ręce list napisany przez młodego inwalidę, w którym informował on swego przyjaciela, że – jak się właśnie dowiedział – nie pozostało mu wiele czasu i nawet operacja nie zdoła mu już pomóc. Wspominał także o pewnym filmie, który obejrzał, a którego bohaterem był człowiek odważnie i godnie oczekujący na śmierć. Ów młody człowiek uważał tego rodzaju spotkanie ze śmiercią za szczególne osiągnięcie. Na koniec stwierdził, że oto nadarza się okazja, aby udowodnić, że sam również jest zdolny do czegoś podobnego.

Ci, którzy przed laty widzieli filmową adaptację powieści Tolstoj'a zatytułowaną *Zmartwychwstanie*, mogli mieć podobne przemyślenia. Film mówił bowiem o wielkich ludziach, wychodzących naprzeciw bohaterskiemu przeznaczeniu. Jednak nas, którzyśmy go wówczas oglądali, nie czekał nawet w połowie tak wspaniały los; nie mieliśmy – tak nam się przynajmniej wydawało – żadnych szans, aby osiągnąć podobną wielkość. Po seansie wstąpiliśmy do kawiarni, gdzie przy filiżance kawy i kanapkach szybko wywietrzały nam z głowy niecodzienne metafizyczne rozważania, które na chwilę zagościły w naszych umysłach. Gdy jednak po latach dopadła nas historia i stanęliśmy oko w oko ze swoim przeznaczeniem, zmuszeni dokonać wyboru, który miał zaświadczyć o tym, iż dorównujemy bohaterom filmu duchową wielkością, okazało się, że dawno pogrzebaliśmy swoje młodzieńcze ideały. Zawiedliśmy.

Być może po latach niektórzy z nas po raz kolejny obejrzeliby tamten film – a może tylko do niego podobny. Niewykluczone też, że równocześnie z wyświetlanymi na ekranie scenami przed naszymi oczyma przesuwają się obrazy ludzi, którzy własnym życiem udowodnili znacznie więcej, niż był w stanie pokazać sentymentalny film. Bardzo możliwe, że przypominała nam się wówczas czyjaś szczególnie bohaterska postawa – na przykład kobiety, przy której śmierci byłem obecny w obozie koncentracyjnym. To prosta historia, dosłownie kilka zdań. Może się wydawać,

że sam ją wymyśliłem, ale dla mnie brzmi ona niczym poemat.

Młoda kobieta, o której mowa, wiedziała, że umrze w ciągu najbliższych kilku dni. A jednak kiedy z nią o tym rozmawiałem, sprawiała wrażenie radosnej. – Jestem wdzięczna losowi za to, że tak ciężko mnie doświadczył – oznajmiła mi. – W poprzednim życiu byłam zepsuta i za nic miałam rozwój duchowy. – A wskazując na okno baraku, powiedziała: – To drzewo to mój jedyny przyjaciel w samotności. – Przez okno widziała tylko jedną gałąź kasztanowca, a na niej dwa rozkwitłe pąki. – Często z nim rozmawiam – dodała. Zaskoczony nie wiedziałem, jak mam to rozumieć. Czyżby chora już majaczyła? Czyżby cierpiała na halucynacje? Niespokojnie zapytałem, czy drzewo jej odpowiada. – Owszem. – A co takiego mówi? Na to kobieta odrzekła: – Powiedziało do mnie: jestem tutaj, jestem tutaj i mam w sobie życie, życie wieczne.

Jak już podkreśliłem, stan psychiczny więźnia był w ostatecznym rozrachunku nie tyle skutkiem wymienionych wyżej czynników psychofizycznych, ile wynikiem świadomie podjętej decyzji. Psychologiczne obserwacje więźniów dowiodły, że tylko ci, którzy pozwolili upaść swoim moralnym i duchowym wartościom, ulegali ostatecznie degenerującym wpływom obozowym. Nasuwa się zatem pytanie: co mogło – lub powinno – powstrzymać upadek owej „wewnętrznej twierdzy”?

Opisując lub spisując swe doświadczenia, byli więźniowie zgadzają się, że najbardziej przygnębiającym elementem obozowej rzeczywistości była niepewność co do długości trwania niewoli. Nikt z nas nie znał daty swojego wyzwolenia (w naszym obozie nie warto było nawet zaprzątać sobie tym głowy). Co więcej, mieliśmy świadomość, że czas, jaki spędzimy za drutami, jest nie tylko niepewny, ale przede wszystkim nieokreślony. Pewien znany psycholog zauważył, że życie w obozie koncentracyjnym było czymś w rodzaju „tymczasowej egzystencji”. Jego spostrzeżenie można by rozbudować, mówiąc, że była to „tymczasowa egzystencja zaplanowana na czas bliżej nieokreślony”.

Nowo przybyli z reguły nic nie wiedzieli o panujących w obozie warunkach. Ci, którzy trafiali tam z innych obozów, byli zobowiązani do zachowania tajemnicy, z niektórych zaś obozów nikt nigdy nie wracał. Z chwilą znalezienia się za drutami w umysłach więźniów zachodziła drastyczna przemiana. Koniec jednego rodzaju niepewności oznaczał początek niepewności końca. Nikt nie był w stanie przewidzieć, czy w ogóle, a jeśli tak, to kiedy, ta nowa forma egzystencji dobiegnie kresu.

Łaciński wyraz *finis* ma dwa znaczenia: koniec lub cel, który należy osiągnąć. Człowiek, który nie dostrzegał końca swojej „tymczasowej egzystencji”, nie był w stanie dążyć do jakiegokolwiek celu. W przeciwieństwie do ludzi żyjących w normalnych warunkach nie potrafił już żyć dla przyszłości. Zmieniała się w związku z tym cała struktura jego psychiki; pojawiały się oznaki

wewnętrznego rozkładu, znane dobrze z innych dziedzin życia. W podobnej sytuacji znajdują się bezrobotni. Ich egzystencja nabiera cech tymczasowości; w pewnym sensie nie są oni zdolni myśleć o przyszłości czy dążyć do jakiegokolwiek celu. Badania przeprowadzone wśród bezrobotnych górników wykazały, że cierpią oni na pewne zaburzenia postrzegania czasu – czasu wewnętrznego – będące wynikiem braku zajęcia. Więźniowie mieli podobne doświadczenia, jeśli chodzi o postrzeganie czasu. W obozie podstawowa jednostka miary czasu (na przykład dzień), na którą składały się godziny fizycznych i psychicznych tortur, zdawała się nie mieć końca, podczas gdy większe jednostki (powiedzmy tydzień) mijały jak w oka mgnieniu. Moi towarzysze zgodzili się ze mną, gdy zauważyłem, że w obozie jeden dzień trwa dłużej niż tydzień. Jakże paradoksalne było to nasze odczuwanie czasu! Nasuwa się w tym miejscu skojarzenie z *Czarodziejską górą* Tomasza Manna, które to dzieło zawiera wiele celnych z punktu widzenia psychologa uwag. Mann bada tam duchowe przemiany ludzi znajdujących się w analogicznej sytuacji psychicznej, a mianowicie chorych na gruźlicę pacjentów sanatorium, którzy również nie znają daty swego zwolnienia. Doświadczają oni podobnej egzystencji, w oderwaniu od przyszłości, pozbawieni celów, do których nie są zdolni dążyć.

Jeden z więźniów, który w dniu swego przyjazdu maszerował w długiej kolumnie nowo przybyłych ze stacji kolejowej do obozu, wyznał mi później, że miał wówczas wrażenie, jakby udawał się na własny pogrzeb. Jego życie wydało mu się nagle pozbawione jakiegokolwiek przyszłości. Czuł raczej, że właśnie dobiegło ono końca i stanowi zamknięty rozdział – tak jakby już umarł. Owo poczucie martwoty nasilały dodatkowo inne czynniki: w kwestii czasu najbardziej dawała się we znaki niepewność co do terminu końca niewoli, w kwestii przestrzeni życiowej – fizyczne ograniczenia obozu. Wszystko, co znajdowało się poza linią drutów kolczastych, wydawało się niezwykle odległe, całkowicie poza naszym zasięgiem, a co za tym idzie – w pewnym sensie nierealne. Zewnętrzne wydarzenia, ludzie wiodący normalne życie gdzieś na wolności – wszystko to miało dla więźniów posmak marzenia sennego. Obserwowaliśmy toczące się poza granicami obozu życie – a przynajmniej te jego przejawy, które byliśmy w stanie dostrzec spoza drutów – czując się tak, jak musi się czuć zmarły spoglądający na ziemię z zaświatów.

Nie widząc dla siebie w przyszłości żadnego celu, do którego miałby dążyć, więzień obozu upadał na duchu i pogrążał się w retrospektywnych rozmyślaniach. W innym miejscu wspominałem o tendencji do zanurzania się w przeszłości, która to skłonność miała za zadanie odrealnienie jakże przykrej teraźniejszości, ze wszystkimi jej koszmarami. Z odzieraniem rzeczywistości z jej realnych wymiarów wiązało się jednak pewne niebezpieczeństwo. Łatwiej było przeoczyć szanse na zrobienie czegoś pozytywnego ze swoim życiem, szanse, których – zapewniam – naprawdę nie brakowało. Odrealnianie naszej „tymczasowej egzystencji” było

samo w sobie ważnym powodem, dla którego więźniowie tracili chęć do dalszego życia; z tej perspektywy bowiem wszystko wydawało się pozbawione sensu. Łatwo było zapomnieć, że skrajnie trudne położenie często bywa okazją do duchowego rozwoju. Zamiast potraktować trudy pobytu w obozie jako egzamin sprawdzający ich wewnętrzną siłę, zrezygnowani więźniowie przestawali brać życie na serio i pogardzali nim, jakby było czymś całkiem bez znaczenia. Woleli zamykać oczy i żyć przeszłością. Dla nich życie bezpowrotnie utraciło swój sens.

Oczywiście tylko nieliczni byli w stanie wznieść się na moralne i duchowe wyżyny. Niektórym jednak udawało się dokonywać rzeczy wielkich i dowodzić swego człowieczeństwa, chociaż pozornie ponosili klęskę, tracąc życie. Podobne osiągnięcie byłoby niemożliwe w normalnych warunkach. Jeśli chodzi o resztę nas, niezdecydowanych i przeciętnych, warto przytoczyć słowa Bismarcka: „Życie jest jak wizyta u dentysty. Wydaje się, że najgorsze jeszcze przed nami, a tymczasem dawno jest już po wszystkim”. Parafrazując tę wypowiedź, można by stwierdzić, że większość ludzi przebywających w obozie koncentracyjnym była święcie przekonana, iż życie nie ma im już nic więcej do zaoferowania; tymczasem każdy kolejny dzień tam spędzony mógł stanowić nową szansę i nowe wyzwanie. Człowiek mógł albo przezwyciężyć trudności, przekuwając codzienne doświadczenia w duchowe triumfy, albo, nie podejmując wyzwania, wegetować, jak robiła to przeważająca większość więźniów.

Jakiegokolwiek próby przeciwdziałania patologicznemu wpływowi życia obozowego na psychikę więźnia, odwołujące się do metod psychoterapeutycznych czy psychohigienicznych, sprowadzały się do dodawania „pacjentowi” otuchy i krzepienia jego wewnętrznej siły poprzez wyznaczenie mu jasnego celu, do którego miał następnie dążyć. Instynktownie niektórzy więźniowie próbowali samodzielnie wytyczać sobie ów cel. Specyfika ludzkiej natury polega na tym, że umiemy żyć tylko wtedy, gdy patrzymy w przyszłość – „sub specie aeternitatis”. To jest naszym zbawieniem w najtrudniejszych momentach życia, choć czasem siłą woli musimy się zmuszać do spoglądania przed siebie.

Przypomina mi się w tym miejscu pewne własne doświadczenie. Z bólem, który niemal wyciskał mi łzy z oczu (na stopach miałem potworne rany od noszenia podartych butów), kuśtykałem przez kilka kilometrów w długiej kolumnie więźniów zdążających z obozu na miejsce pracy. Smagał nas lodowaty, przenikliwy wiatr, ja zaś nie przestawałem rozrzasać w myślach niezliczonych problemów naszej przygnębiającej egzystencji. Co dostaniemy wieczorem do jedzenia? Czy jeśli trafi się dodatek w postaci kielbasy, to powinienem ją wymienić na kawałek chleba? Czy lepiej przehandlować ostatniego papierosa, który został mi z dodatkowego przydziału sprzed dwóch tygodni, za miskę zupy? Skąd wziąć kawałek drutu, żeby zastąpić nim ten, który pełnił dotychczas rolę sznurowadła i właśnie się zerwał? Czy zdążę dotrzeć na czas na miejsce

pracy i dołączę do swojego zwykłego komanda, czy może będę zmuszony pracować w innym, którym dowodzi jakiś brutalny strażnik? Jak zaskarżyć sobie przychyłność kapo, który mógłby załatwić mi pracę wewnątrz obozu, dzięki czemu uniknąłbym codziennych morderczych marszów?

W pewnym momencie poczułem obrzydzenie do otaczającej mnie rzeczywistość, która w każdej godzinie dnia zmuszała mnie do roztrząsania taktrywalnych kwestii. Spróbowałem więc dla odmiany zająć myśli czymś innym. Nagle ujrzałem samego siebie, stojącego na mównicy w jasno oświetlonej, cieplej i przytulnej auli. Przed sobą widziałem skupione twarze słuchaczy siedzących na wygodnych, miękkich krzesłach. Wygłaszałem dla nich wykład na temat psychologii w kontekście obozu koncentracyjnego! Przytłaczająca mnie ponura rzeczywistość w jednej chwili stała się przedmiotem obiektywnej naukowej analizy przeprowadzanej z chłodnym dystansem. W ten sposób zdołałem w pewien sposób wznieść się ponad trudne położenie, w jakim się znalazłem, ponad swoje obecne cierpienia; obserwowałem je z pewnego oddalenia, tak jak patrzy się na coś należącego już nieodwołalnie do przeszłości. Zarówno ja sam, jak i moje codzienne troski stałyśmy się obiektem interesującego studium psychonaukowego, przeprowadzonego przeze mnie samego. Cóż takiego mówi Spinoza w swojej *Etyce*? „Affectus, qui passio est, desinit esse passio simultaque eius claram et distinctam formamus ideam” – cierpienie przestaje być cierpieniem, jeśli stworzymy sobie jasny i klarowny obraz wywołujących go emocji.

Więzień, który stracił całą wiarę w przyszłość – w swoją przyszłość – był skazany na zagładę. Wraz z utratą wiary w przyszłość tracił jednocześnie swoją duchową orientację. Rezygnując z walki o samego siebie, popadał w psychiczną i fizyczną ruinę. Upadek ten był zwykle nagły i przyjmował formę kryzysu, którego symptomy były oczywiste dla bardziej doświadczonych więźniów. Wszyscy obawialiśmy się tego momentu i z niepokojem wyglądaliśmy zwiastujących go objawów – nie u siebie rzecz jasna, gdyż to byłoby niemożliwe, ale u swoich towarzyszy. Zazwyczaj zaczynało się od tego, że pewnego ranka więzień odmawiał ubrania się, umycia i wyjścia na plac apelowy. Nie pomagały wówczas żadne błagania, kary ani groźby. Nieszczęśnik po prostu leżał na pryczy i ani drgnął. Jeżeli przyczyną załamania była choroba, więzień odmawiał również przeniesienia „na rewir” i odrzucał wszelkie inne próby udzielenia mu pomocy. Najzwyklejniej się poddawał. Leżał nieruchomo na pryczy, w kałuży własnych ekskrementów, i nic nie mogło wyrwać go ze stanu otępienia.

Kiedyś miałem okazję na własne oczy przekonać się, jak bliski jest związek między utratą wiary w przyszłość i owym jakże groźnym stanem rezygnacji. Pewnego dnia F, starszy blokowy w naszym baraku, przed wojną dość popularny kompozytor i librecista, zwierzył mi się mówiąc:

– Chciałbym coś panu powiedzieć, doktorze. Miałem bardzo dziwny sen. Jakiś głos oznajmił mi, że jeśli chcę, mogę otrzymać odpowiedź na dowolne pytanie, muszę tylko powiedzieć, co mnie interesuje. Jak pan myśli, o co zapytałem? Odparłem, że chciałbym wiedzieć, kiedy dla mnie skończy się ta wojna. Rozumie pan, co miałem na myśli, doktorze? Kiedy skończy się ona dla mnie? Chciałem się dowiedzieć, kiedy my wszyscy, cały nasz obóz, zostaniemy wyzwoleni, a nasze cierpienia wreszcie dobiegną końca.

– Kiedy przyśnił się panu ten sen? – zapytałem.

– W lutym 1945 roku – odrzekł. A był akurat początek marca.

– I cóż odpowiedział panu ów głos?

Błokowy szepnął mi na ucho:

– Trzydziestego marca.

Gdy F. powiedział mi o swoim śnie, jego nadzieja wciąż jeszcze była żywa, a on sam święcie przekonany, że tajemniczy głos powiedział prawdę. Lecz w miarę jak zbliżała się zapowiedziana we śnie data, z frontu docierało coraz więcej wieści każących nam wątpić w rychłe wyzwolenie obozu. Dwudziestego dziewiątego marca F. nagle zachorował i zaczął gorączkować. Trzydziestego marca, w dniu, kiedy zgodnie z wyśnioną przepowiednią wojna i cierpienia miały się dla niego skończyć, F. zaczął majaczyć, a potem całkiem stracił przytomność. Trzydziestego pierwszego marca już nie żył. Wszystkie zewnętrzne objawy wskazywały na to, że umarł na tyfus.

Ci, którzy orientują się, jak bliski jest związek między stanem umysłu człowieka – jego odwagą i nadzieją albo ich brakiem – a odpornością ludzkiego organizmu, z pewnością rozumieją, że nagle utrata nadziei i odwagi może mieć wręcz katastrofalne skutki. Prawdziwą przyczyną śmierci mojego znajomego był potworny zawód związany z tym, że nie nastąpiło tak wyckekiwane przez niego wyzwolenie. To z kolei obniżyło jego odporność na przebiegającą dotąd w utajeniu infekcję. Jego wiara w przyszłość i wola życia były jak sparaliżowane, a organizm praktycznie bez walki poddał się wirusowi tyfusu – i w ten sposób paradoksalnie sprawdziła się przepowiednia tajemniczego głosu.

Obserwacje, jakie zgromadziłem na przykładzie tego jednego przypadku, oraz wyciągnięte na ich podstawie wnioski zgadzają się co do joty z pewnym zjawiskiem, na które zwrócił mi kiedyś uwagę naczelný lekarz naszego obozu. W tygodniu pomiędzy Bożym Narodzeniem 1944 roku a Nowym Rokiem 1945 śmiertelność w obozie zwiększyła się w sposób wcześniej nieodnotowany. Według mojego rozmówcy przyczyną tego nagłego wzrostu nie była konieczność cięższej pracy fizycznej, pogarszające się wyżywienie, zmiana pogody ani nowe epidemie. Chodziło po prostu o to, że przeważająca większość więźniów żyła wcześniej naiwną nadzieją, iż Boże Narodzenie spędzą już na wolności, we własnych domach. Jednak w miarę jak do świąt było coraz bliżej,

a z frontu nie dochodziły żadne krzepiące wieści, więźniowie coraz bardziej tracili nadzieję i ulegali rozczarowaniu. To zaś miało wprost zabójczy wpływ na ich odporność i w konsekwencji wielu z nich umarło.

Jak już wcześniej wspominałem, początkiem wszelkich prób wskrzeszenia w człowieku jego wewnętrznej siły musiało być wskazanie mu jakiegoś celu w życiu. Słynne słowa Nietzschego – „Ten, kto wie, dlaczego żyje, nie troszczy się o to, jak żyje” – mogłyby stanowić myśl przewodnią wszystkich psychoterapeutycznych i psychohigienicznych zabiegów skierowanych do więźniów obozu koncentracyjnego. Przy każdej nadarzającej się okazji trzeba było wskazywać im to dlaczego – konkretny życiowy cel – bo tylko w ten sposób mogli odnaleźć w sobie siły do dalszego znoszenia koszmarnego jak swojej egzystencji. Biada temu, kto przestawał dostrzegać w życiu cel, sens i jakąkolwiek wartość, ponieważ zarazem automatycznie zakładał, że nie ma już po co żyć. Nie mijało wiele czasu, a taki człowiek był całkiem stracony. Typowy komentarz, jakim się posługiwał, aby odrzucić wszelkie dodające mu otuchy argumenty, brzmiał: „Nie mam już czego oczekiwać od życia”. Cóż można było na coś takiego odpowiedzieć?

Rzeczą absolutnie niezbędną była fundamentalna zmiana nastawienia człowieka do jego życia. Sami musieliśmy się uczyć, a następnie przekazywać zrozpaczonym towarzyszom, że nie liczy się to, czego my oczekujemy od życia, ale czego życie oczekuje od nas. Musieliśmy przestać zadawać sobie pytania o sens naszej egzystencji, a w zamian nauczyć się myśleć o sobie jak o ludziach poddawanych przez życie – w każdej godzinie dnia – nieustannemu egzaminowi. Chcąc go zdać, należało porzucić czczą gadaninę oraz rozmyślania na rzecz podejmowania właściwych działań i właściwego postępowania. Ostatecznie życie sprowadza się do wzięcia na siebie odpowiedzialności za znalezienie właściwego rozwiązania problemów i zadań, jakie stale stawia ono przed każdym z nas.

Zadania te, a co za tym idzie, również sens życia, są różne dla różnych ludzi i sytuacji. Niemożliwością jest zatem podanie ogólnej definicji sensu życia. Pytań o sens życia nie załatwią ogólnikowe odpowiedzi. „Życie” nie jest bowiem mglistym konceptem, lecz jak najbardziej realną i konkretną rzeczywistością, podobnie jak życiowe zadania są także czymś bardzo realnym i konkretnym. To one kształtują nasze przeznaczenie, które w każdym przypadku jest inne i wyjątkowe. Żaden człowiek i żaden ludzki los nie może być porównywany z innym człowiekiem i innym losem. Każda sytuacja jest niepowtarzalna i każda wymaga innych reakcji. Czasami okoliczności, w jakich się znaleźliśmy, wymagają od nas sterowania własnym przeznaczeniem poprzez konkretne działania. Kiedy indziej lepiej jest skorzystać z okazji do chwili kontemplacji i w ten sposób wygrywać swoje atuty. Zdarza się też, że człowiek jest zmuszony po prostu zaakceptować wyrok losu i pokornie dźwigać swój krzyż. Każda sytuacja jest wyjątkowa i zawsze istnieje tylko jedno właściwe rozwiązanie problemu, z jakim w danej sytuacji przychodzi nam się

zmierzyć.

Gdy człowiek odkrywa, że jego przeznaczeniem jest cierpieć, musi potraktować to cierpienie jako zadanie do wypełnienia – jedyne i wyjątkowe zarazem. Musi przyjąć do wiadomości, że także w cierpieniu pozostaje kimś wyjątkowym, samotnym bytem we wszechświecie. Nikt mu nie ulży ani nie będzie cierpieć za niego. Ma on jednak unikatową szansę wyboru sposobu, w jaki uniesie swoje brzemię.

Dla nas, więźniów, podobne rozważania nie były wcale oderwanymi od rzeczywistości spekulacjami. Tylko takie myśli mogły nam wówczas pomóc. To dzięki nim nie popadaliśmy w rozpacz nawet wtedy, gdy szanse na to, aby wyjść z tego koszmaru żywym, zdawały się być bliskie zera. Okres pytań o sens życia – etap naiwnych dywagacji, w których życie rozumiane było jako proces osiągania pewnych celów poprzez aktywne działanie i tworzenie czegoś wartościowego – mieliśmy już dawno za sobą. Dla nas sens życia obejmował teraz szersze zagadnienia życia i śmierci, cierpienia i umierania.

Gdy objawiło nam się już znaczenie cierpienia, nie umniejszaliśmy ani nie lekceważyliśmy obozowych koszmarów, ignorując je czy podtrzymując w sobie fałszywe złudzenia bądź sztuczny optymizm. Cierpienie stawało się dla nas zadaniem, od którego nie chcieliśmy się odwracać. Zdawaliśmy sobie sprawę z ukrytego wyzwania, jakim może być cierpienie, tego samego wyzwania, które kazało poecie Rilke'mu napisać: „Wie viel ist aufzuleiden!” – ileż jeszcze trzeba wycierpieć! Rilke mówił o cierpie-niu tak, jak inni mówią o zadaniu do wykonania. Przed nami również było wiele do wycierpienia. Konieczne było zatem stanięcie twarzą w twarz z czekającym nas ogromem cierpienia oraz próba ograniczenia do minimum momentów słabości i układowo ocieranych łez. Nie musieliśmy się ich już jednak wstydzić, jako że odtąd miały być dowodem największej ludzkiej odwagi – odwagi, aby godnie cierpieć. Tylko niewielu z nas zdawało sobie z tego sprawę. Niektórzy ze wstydem przyznawali się od czasu do czasu, że zdarzyło im się płakać, jak ów towarzysz, który w odpowiedzi na moje pytanie o to, jak znosi swoje obrzęki, odparł: – Wyplakałem je całkowicie ze swojego organizmu.

Nieśmiałe początki psychoterapii lub psychohigieny miały charakter indywidualny albo zbiorowy – o ile, rzecz jasna, było to w ogóle w danym obozie możliwe. Próby indywidualnych sesji psychoterapeutycznych często spełniały rolę „procedury ratującej życie” i koncentrowały się głównie na zapobieganiu samobójstwom. W obozie obowiązywał surowy zakaz ratowania samobójców; nie wolno było na przykład odciąć człowieka, który usiłował się powiesić. Dlatego tak ważne było, aby w ogóle nie dopuszczać do podobnych sytuacji.

Pamiętam szczególnie dwie niedoszłe próby samobójcze, uderzająco do siebie podobne. Dwaj więźniowie zwierzyli się współtowarzyszom z zamiaru odebrania sobie życia. Obaj posłużyli się

typowym argumentem – że niczego już od życia nie oczekują. Trzeba im było uświadomić, że to życie nadal oczekuje czegoś od nich i że w przyszłości czeka ich konkretny sens do wypełnienia. Później okazało się, że dla jednego z mężczyznowym sensem było dziecko, które uwielbiał i które czekało na niego za granicą. Dla drugiego była to rzecz, nie osoba. Człowiek ten był naukowcem, autorem serii książek, które wciąż czekały na ukończenie. Nikt inny nie mógł wykonać za niego tej pracy, tak jak nikt inny nie byłby w stanie zająć miejsca ojca w sercu jego dziecka.

To, że jako istoty ludzkie jesteśmy wyjątkowi i jedyni w swoim rodzaju, wyróżnia nas spośród innych, nadając sens naszej egzystencji i wpływając w jednakowy sposób zarówno na naszą pracę twórczą, jak i na naszą zdolność do miłości. Kiedy uświadomimy sobie, że nie da się zastąpić jednego człowieka drugim, rola odpowiedzialności, jaką ponosimy za własne życie i jego podtrzymywanie, ukaże nam się w całej swej wielkości. Człowiek, który zda sobie sprawę z odpowiedzialności, jaką ma wobec innej ludzkiej istoty, która go kocha i z niecierpliwością wyczekuje jego powrotu, albo wobec jakiejś nieukończonej pracy, nigdy nie będzie zdolny odebrać sobie życia. Jak już, dlaczego żyje, a to pozwoli mu znieść to, jak żyje.

Możliwości grupowej psychoterapii były w obozie siłą rzeczy ograniczone. W tej sytuacji dobry przykład odnosił często lepszy skutek, niż mogłyby mieć jakiegokolwiek słowa. Starszy blokowy, który nie sprzyjał obozowym władzom, miał setki okazji, aby przez swoje sprawiedliwe i życzliwe zachowanie wywierać daleko bardziej znaczący moralnie wpływ na swoich podwładnych niż strażnik innego pokroju. Bezpośredni wpływ czyjegoś zachowania jest zawsze bardziej skuteczny od słów. Czasami jednak również słowo miało swoją moc, zwłaszcza w sytuacjach gdy pewne zewnętrzne okoliczności zwiększały chłonność umysłu człowieka. Dobrze pamiętam dzień, gdy nieoczekiwanie nadarzyła się okazja do przeprowadzenia sesji psychoterapeutycznej z udziałem wszystkich mieszkańców baraku, których umysły stały się bardziej otwarte i chłonne na sprawą pewnego wydarzenia.

To był bardzo ciężki dzień. Podczas apelu wyczytano listę postępów, które od tej pory miały być traktowane jako sabotaż i bez zwłoki karane śmiercią przez powieszenie. Należały do nich takie zbrodnie, jak odcinanie kawałków materiału z naszych starych koców (w celu zrobienia z nich zaimprovizowanych ochraniaczy na kostki u nóg) oraz wszelkie inne drobne „kradzieże”. Kilka dni wcześniej na wpół zagłodzony więzień włamał się do składu ziemniaków i ukradł kilka kilogramów. Kradzież odkryto, a jacyś więźniowie rozpoznali „włamywacza”. Gdy władze obozowe dowiedziały się o tym fakcie, nakazały, aby przekazać im winnego; w przeciwnym razie cały obóz miał przez jeden dzień głodować. Oczywiście w tej sytuacji dwa i pół tysiąca więźniów wołało pościć.

Wieczorem owego dnia postu leżeliśmy w baraku w bardzo ponurych nastrojach. Prawie

wszyscy milczeli, a każde słowo budziło irytację. Nagle, na domiar złego, w całym baraku zgasło światło. Ogarnęło nas skrajne przygnębienie. Lecz starszy blokowy był mądrym człowiekiem. Naprędce zaimprovizował krótką przemowę, w której wyraził wszystko, co nas w tamtej chwili gnębiło. Wspomniał o tych naszych towarzyszach, którzy zmarli w ciągu minionych dni z powodu chorób, i o tych, którzy sami odebrali sobie życie. Dodał jednak, że prawdziwa przyczyna ich śmierci była jedna i zawsze ta sama: utrata nadziei. Na koniec orzekł, że musi być jakiś sposób, aby na przyszłość uchronić innych przed podobną apatią, a następnie zwrócił się do mnie z prośbą o poradę.

Bóg jeden wie, że nie byłem w nastroju do udzielania psychologicznych rad czy wygłaszania kazań – a tymczasem wymagano ode mnie, abym stał się dla moich towarzyszy lekarzem dusz. Byłem zmarnięty i głodny, rozdrażniony i zmęczony, ale musiałem zdobyć się na wysiłek i wykorzystać tę wyjątkową okazję, jaka się nadarzała. W tamtej chwili bowiem bardziej niż cegokółwiek innego wszyscy potrzebowaliśmy otuchy.

Zacząłem więc od najbardziej trywialnych słów pociechy. Powiedziałem, że nawet teraz, w Europie szóstej zimy drugiej wojny światowej, można wyobrazić sobie położenie znacznie gorsze od tego, w którym się aktualnie znajdowaliśmy. Poprosiłem, żeby każdy zadał sobie pytanie, jakich to nieodwracalnych strat do tej pory doznał, i oznajmiłem, że w większości przypadków zapewne nie było ich aż tak wiele. Każdy, komu udało się utrzymać przy życiu, miał powód, żeby nie tracić nadziei. Zdrowie, rodzina, szczęście, umiejętności zawodowe, majątek, status społeczny – wszystko to można na powrót odzyskać lub odbudować. W końcu nasze kości wciąż były całe. Wszystko, przez co dotąd przeszliśmy, mogło jeszcze w przyszłości okazać się dla nas źródłem siły. W tym miejscu przytoczyłem słowa Nietzschego: „Was mich nicht umbringt, macht mich stärker” – co mnie nie zabija, czyni mnie silniejszym.

Następnie podjąłem temat przyszłości. Powiedziałem, że obiektywnie rzecz biorąc, nasza przyszłość wydaje się beznadziejna. Zgodziłem się, że każdy z nas najlepiej wie, jak nikłe są jego szanse na przeżycie. Dodałem, że chociaż w obozie nie ma jeszcze epidemii tyfusu, swoje własne szanse określiłbym jako jeden do dwudziestu. Zapowiedziałem przy tym, że mimo wszystko nie mam zamiaru tracić nadziei i się poddawać. Nikt bowiem nie wie, co przyniesie przyszłość, nie mówiąc już o najbliższych godzinach. I nawet, jeśli w ciągu kilku dni nie dane nam będzie doczekać sensacyjnych wieści z frontu, to kto wie lepiej od nas, którzy tyle już przecierpieliśmy w różnych obozach, jak niezwykle i niespodziewane możliwości otwierają się czasami przed więźniami, przynajmniej niektórymi. Można było na przykład trafić nieoczekiwanie do komanda pracującego w szczególnie dobrych warunkach – bo do tego sprowadzało się głównie nasze obozowe „szczęście”.

Nie mówiłem jednak wyłącznie o przyszłości i spowijającej jej zasłonie. Wspominałem

również przeszłość – wszystkie jej radości, które nadal nas opromieniały, nawet w obecnym mroku. I znów przytoczyłem słowa poety – aby nie robić z siebie kłamczucha – który napisał: „Was Du erlebst, kann keine Macht der Welt Dir rauben” – żadna siła na ziemi nie odbierze ci tego, czego doświadczyłeś. Nie tylko nasze doświadczenia, ale wszystko, czego dokonaliśmy, wszystkie wielkie myśli, jakie się w nas zrodziły, i wszystko, cośmy wycierpieli, nie poszło na marne, choć należy już do przeszłości, bo my zbudziliśmy to do życia. To, czym się było, również jest formą bytu, być może najpewniejszą.

Kolejnym tematem były niezliczone możliwości, jakimi dysponujemy, aby nadać życiu sens. Powiedziałem moim towarzyszom – którzy leżeli nieruchomo, choć od czasu do czasu dawało się słyszeć pojedyncze westchnienia – że bez względu na okoliczności życie ludzkie nigdy nie traci sensu i na ten nieskończony sens życia składają się także cierpienie i umiowanie, nędza i śmierć. Następnie poprosiłem owych nieszczęśników, którzy słuchali mnie z uwagą w ciemnościach baraku, aby stawili czoło powadze naszej sytuacji. Nie wolno im utracić nadziei; muszą odnaleźć odwagę w pewności, że nawet najbardziej beznadziejna walka nie jest w stanie odebrać im godności ani wiary w sens życia. Dodałem, że w tych trudnych chwilach na każdego z nas ktoś spogląda z góry – przyjaciel, żona, ktoś żywy lub zmarły, a może sam Bóg – i liczy, że go nie zawiedziemy. Ten ktoś ma nadzieję, że będziemy cierpieć z dumą – a nie z rozpaczą – i że będziemy umieli godnie umrzeć.

Na koniec mówiłem jeszcze o naszym poświęceniu, które w każdym przypadku ma sens. Tym, co je charakteryzowało, było to, iż w normalnym świecie, świecie sukcesów materialnych, uznano by je za bezsensowne. Lecz nasza ofiara naprawdę miała swoje znaczenie. Dodałem uczciwie, że najlepiej rozumieją to ci spośród nas, którym udało się zachować wiarę. Przytoczyłem też w tym miejscu historię jednego z naszych towarzyszy, który po przyjeździe do obozu podjął próbę targowania się z Bogiem, prosząc Go, aby jego własne cierpienia i śmierć pozwoliły mu uchronić ukochaną osobę przed równie tragicznym losem. Dla tego człowieka cierpienia i śmierć miały sens; jego osobista ofiara stanowiła poświęcenie najwyższej próby. Nie chciał umierać daremnie. Nikt z nas zresztą tego nie pragnął.

Celem mojej przemowy było wykazanie pełni sensu naszego życia w obozie – sensu egzystowania tu i teraz, w tym nędznym baraku i w tej praktycznie beznadziejnej sytuacji. Przekonałem się potem, że moje wysiłki odniosły pożądany skutek. Kiedy ponownie rozbłysło światło, ujrzałem kuśtykające w moją stronę wynędzniałe postacie współwięźniów, którzy ze łzami w oczach mi dziękowali. Muszę jednak przyznać, że nieczęsto starczało mi wewnętrznej siły i odwagi, żeby pomagać moim towarzyszom w cierpieniu i z pewnością przegapiłem wiele okazji, aby nieść im otuchę.

Dochodzimy teraz do trzeciego etapu psychicznych reakcji więźnia, a mianowicie do stanu jego psychiki po wyzwoleniu z obozu. Wcześniej jednak chciałbym odnieść się do pewnej kwestii, o którą często wypytuje się psychologów, szczególnie tych, którzy znają te sprawy z własnego doświadczenia: co można powiedzieć na temat struktury psychicznej obozowych strażników? Jak to możliwe, żeby ludzie z krwi i kości traktowali innych tak, jak traktowano wielu więźniów obozów koncentracyjnych? Każdy, kto zapoznał się z relacjami ofiar i uwierzył w prawdziwość ich słów, musi zadawać sobie to pytanie: jak, z psychologicznego punktu widzenia, mogło dojść do czegoś podobnego? Chcąc odpowiedzieć na to pytanie bez wdawania się w zbędne szczegóły, należy zwrócić uwagę na kilka faktów.

Po pierwsze, wśród strażników zdarzali się sadyści, i to w dosłownym, klinicznym znaczeniu tego określenia.

Po drugie, sadystów tych wybierano zawsze, gdy zaistniała konieczność utworzenia oddziału wyjątkowo brutalnych strażników.

Pamiętam ogromną radość, jaką wybuchała wśród pracujących poza obozem więźniów za każdym razem, gdy – po dwóch godzinach pracy na ostrym mrozie – pozwalano nam pogrzać się przez kilka minut przy niewielkim piecyku, w którym paliło się suchymi gałęziami i kawałkami drewna. Jednak zawsze znalazł się jakiś strażnik czy kapo, który czerpał satysfakcję z odbierania nam tej przyjemności. Jakaż rozkosz odmalowywała się na ich twarzach w momencie, gdy nie tylko zabraniali nam stania przy piecyku, ale wręcz go przewracali, wysypując jego cudownie gorącą zawartość prosto w śnieg! Gdy esesmani upodobali sobie jakiegoś kozła ofiarnego, w ich szeregach natychmiast znajdował się ktoś znany ze swego upodobania do sadyistycznych tortur, wysokiej klasy specjalista w tej dziedzinie i to w jego ręce trafiał zwykle nieszczesny więzień.

Po trzecie, wrażliwość większości strażników została stępiona długimi latami służby, podczas których byli oni świadkami nasilającej się brutalizacji metod postępowania z więźniami obozu. Co prawda, zdarzało się, że w pewnym momencie ci moralnie i mentalnie obumarli ludzie odmawiali dalszego aktywnego udziału w sadyistycznych praktykach, lecz nie przeszkadzało to im asystować przy ich przeprowadzaniu.

Po czwarte, należy podkreślić, że nawet wśród strażników zdarzali się tacy, którzy okazywali więźniom litość. Wymienię tylko jeden przykład: komendanta obozu, w którym zastała mnie upragniona wolność. Dopiero po wyzwoleniu dowiedzieliśmy się (wcześniej wiedział o tym jedynie obozowy lekarz, również więzień), że ów człowiek z własnej kieszeni przeznaczył niebagatelną kwotę na zakup w pobliskim miasteczku leków dla więźniów². Dla odmiany jeden ze starszych blokowych, także więzień, był dla nas gorszy od esesmanów. Podczas gdy on bił więźniów przy każdej nadarzającej się okazji; komendant obozu, o ile mi wiadomo, nigdy nie podniósł ręki na żadnego z nas.

Wyraźnie więc widać, że sama wiedza na temat tego, czy ktoś był obozowym strażnikiem, czy więźniem, o niczym jeszcze nie świadczy. Przejawy życzliwości i człowieczeństwa występowały na wszystkich szczeblach obozowej hierarchii, również w tych grupach, które łatwo byłoby zbiorowo potępić. Granice między nimi często się zacierały i nie wolno niczego upraszczać, mówiąc, że jedni byli aniołami, a inni diabłami wcielonymi. Rzecz jasna, za wyjątkowe osiągnięcie i triumf ludzkiego ducha można uznać fakt, że jakiś strażnik czy kapo wbrew obozowym zwyczajom okazywał więźniom życzliwość; podobnie wyjątkową podłością, zasługującą na najwyższą pogardę, można by nazwać zachowanie więźnia, który ze szczególnym okrucieństwem traktował swoich towarzyszy. Pozostali więźniowie dotkliwie odczuwali taką demoralizację; tym bardziej wzruszały ich najdrobniejsze przejawy życzliwości okazywanej im przez kogoś ze strażników. Dobrze pamiętam dzień, gdy pilnujący naszej pracy strażnik dał mi kawałek chleba, który – jak się domyśliłem – musiał odłożyć z własnej racji śniadaniowej. Wzruszyłem się wtedy do łez, lecz nie z powodu podarowanego mi kęsa pieczywa. Chodziło przede wszystkim o to ludzkie „coś”, którym obdarzył mnie wówczas tamten człowiek – o ciepłe słowo i spojrzenie towarzyszące podarunkowi.

Podsumowując, można by pokusić się o stwierdzenie, że na świecie istnieją dwie rasy ludzi, lecz tylko w tym jednym sensie: „rasa” ludzi przyzwoitych oraz „rasa” tych, którzy nie wiedzą, czym jest przyzwoitość. Wszędzie można spotkać przedstawicieli obu tych „ras”, przeniknęli bowiem do każdej grupy społecznej. Żadna z nich nie składa się wyłącznie z ludzi przyzwoitych albo nieprzyzwoitych. Pod tym też względem żadna grupa nie jest „czysta rasowo”, dlatego też nawet wśród obozowych strażników można było od czasu do czasu spotkać przyzwoitego człowieka.

Życie w obozie koncentracyjnym rozdzierało duszę człowieka, ujawniając jej na co dzień ukryte otchłanie. Czy może zatem dziwić, że w otchłaniach tych znajdowaliśmy czysto ludzkie cechy, które z natury swej stanowią mieszaninę dobrego i złego? Granica oddzielająca dobro od zła, która przebiega przez dusze wszystkich istot ludzkich, sięga głęboko, aż do samego dna otchłani, którą odsłaniał pobyt w obozie koncentracyjnym.

Pora na ostatni rozdział psychologii obozowej – opis stanu psychiki więźnia, który doczekał wyzwolenia. Chcąc przedstawić przeżycia związane z odzyskaniem wolności, które siłą rzeczy muszą być subiektywne, podejmijmy przerwany wątek naszej opowieści w chwili, gdy pewnego ranka, po dniach niespokojnego wyczekiwania, nad bramą naszego obozu załopotiała biała flaga. Po okresie wewnętrznego napięcia nastąpił moment całkowitego rozluźnienia. Błędem byłoby jednak sądzić, że tego dnia wszyscy oszaleli z radości. Cóż się zatem stało?

Wyczerpani więźniowie z trudem dowlekli się do obozowej bramy. Nieśmiało się rozglądali

i popatrywali po sobie pytająco. Następnie ostrożnie zrobili kilka kroków poza teren obozu. Tym razem nikt nie wykrzykiwał głośno rozkazów i nie było potrzeby uchyłać się przed kopniakami czy uderzeniami. O, nie! Tym razem strażnicy proponowali nam papierosy! Z początku ich nie rozpoznaliśmy, bo pospiesznie przebrali się w cywilne ubrania. Ruszyliśmy wolno przed siebie wychodzącą z obozu drogą. Szybko jednak dało o sobie znać zmęczenie i nogi zaczęły się pod nami uginać. Mimo to kuśtykaliśmy dalej; chcieliśmy po raz pierwszy zobaczyć okolicę obozu oczyma wolnych ludzi. „Wolność” – powtarzaliśmy raz za razem, nie potrafiąc jej jednak ogarnąć. Tyle razy wypowiadaliśmy to słowo podczas tych wszystkich lat, gdy o niej marzyliśmy, że w końcu utraciło ono swoje znaczenie. Wciąż nie byliśmy w stanie objąć umysłem naszej nowej rzeczywistości, nie mogliśmy uwierzyć, że naprawdę jesteśmy wolni.

W końcu doszliśmy na łąkę pełną kwiatów. Widzieliśmy je i zdawaliśmy sobie sprawę z ich fizycznego istnienia, ale nie potrafiliśmy wykrzesać z siebie w związku z tym żadnych uczuć. Pierwszej isierki radości dostarczył nam widok kłosa o wielobarwnym ogonie. Wciąż jednak była to ledwie isierka – nadal nie należeliśmy jeszcze do tego nowego świata.

Kiedy wieczorem po raz kolejny zebraliśmy się w naszym baraku, ktoś zapytał szeptem towarzysza:

– Powiedz mi, byłeś dzisiaj zadowolony?

Tamten zaś odparł zawstydzony, nie wiedząc, że wszyscy czuliśmy tego dnia to samo:

– Szczerze mówiąc, nie!

Pobyt w niewoli sprawił, że autentycznie straciliśmy umiejętność odczuwania zadowolenia i musieliśmy powoli uczyć się jej od początku.

Z psychologicznego punktu widzenia to, co działo się z wyzwolonymi więźniami, można by nazwać depersonalizacją. Wszystko wydawało nam się nierzeczywiste, nieprawdopodobne, niczym sen. Nie mogliśmy uwierzyć, że to wszystko prawda. Ileż to już razy zwodziły nas w przeszłości nasze marzenia senne! Śniliśmy, że nadszedł w końcu dzień wyzwolenia, że wypuszczono nas na wolność, że wróciliśmy do domów, powitaliśmy przyjaciół, uściskaliśmy żony, zasiedliśmy przy stole i opowiadaliśmy o wszystkim, przez co przeszliśmy – nawet o tym, jak często śnił nam się w obozie upragniony dzień wyzwolenia. Jednak za każdym razem rozbrzmiewał nam w uszach przenikliwy dźwięk gwizdka – sygnał do pobudki – i nasz sen o wolności gwałtownie dobiegał końca. Teraz zaś w końcu się spełnił. Ale jak w tej sytuacji mogliśmy uwierzyć, że to rzeczywiście prawda?

Organizm ludzki, w przeciwieństwie do umysłu, cechuje się mniejszą liczbą zahamowań. Dlatego już od pierwszej chwili nasze ciała cieszyły się nowo odżywaną wolnością. Jedliśmy łapczywie

całymi godzinami i całymi dniami, a raz nawet przez pół nocy. To niezwykle, jakie ilości pożywienia może pochłoniąć człowiek. Gdy pewien więzień został zaproszony przez jednego z życzliwych nam okolicznych rolników, najpierw jadł i jadł, pił kawę, która rozwiązała mu język, a dopiero potem zaczął mówić i mówił całymi godzinami. Presja, jakiej latami był poddawany, nareszcie dobiegła końca. Słuchając go miało się wrażenie, że musi mówić, że ma niepohamowaną potrzebę mówienia. Wiem, że ludzie, poddawani olbrzymim naciskom psychicznym, choćby przez krótki okres (na przykład przesłuchiwanie przez gestapo), reagowali w podobny sposób. Musiało minąć wiele dni, zanim nie tylko język się rozwiązywał, ale też coś wewnątrz człowieka ulegało rozluźnieniu – tak jakby pętały krępujące je kajdany i skrywane dotąd uczucia mogły wreszcie ujrzeć światło dzienne.

Pewnego razu, kilka dni po wyzwoleniu obozu, spacerowałem po okolicy, mijając rozkwitłe łąki ciągnące się kilometrami aż do najbliższego miasteczka. Skowronki wznosiły się wysoko pod niebo, napełniając me uszy swymi radosnymi trelami. Jak okiem sięgnąć, nie widać było żywej duszy; wokół mnie nie było nic oprócz ziemi, nieba, pieśni skowronków i swobodnej przestrzeni. W pewnym momencie przystanęłam, rozejrzałam się, a potem podniosłam głowę do góry – i uklęknęłam. W owej chwili tak niewiele wiedziałem o świecie i o sobie samym, a po głowie tłuka mi się tylko jedna myśl – wciąż ta sama: „Wzywałam Pana z mego ciasnego więzienia, a On mnie wysłuchał i zwrócił mi wolność”.

Nie pamiętam już, jak długo tam klęczałam i powtarzałam to jedno zdanie. Wiem jednak, że tamtego dnia, w tamtej godzinie, moje życie zaczęło się na nowo. Krok po kroku na powrót stawałam się człowiekiem.

Droga wychodzenia z owego stanu napięcia psychicznego, w jakim żyliśmy przez ostatnich kilka dni przed wyzwoleniem obozu – ta droga od wojny nerwów do wewnętrznego wyciszenia – nie była rzecz jasna wolna od przeszkód. Błędem byłoby zakładać, że wyzwolony więzień nie potrzebował już duchowej opieki. Trzeba pamiętać, że człowiek, który tak długo żył pod ogromną presją psychiczną, po odzyskaniu wolności może automatycznie znaleźć się w niebezpieczeństwie, zwłaszcza że wyzwolenie się spod owej presji nastąpiło w sposób dosyć gwałtowny. Niebezpieczeństwem tym (w sensie higieny psychicznej) jest psychologiczny odpowiednik choroby łuskowej. Tak jak życie i zdrowie pracującego w łusonie nurka byłoby zagrożone, gdyby zbyt szybko się wynurzył (z uwagi na olbrzymią różnicę ciśnień), taki człowiek, który zbyt gwałtownie wyzwolił się spod presji, może doznać uszczerbku na zdrowiu moralnym i duchowym.

Na tym etapie można było zaobserwować następujące zjawisko psychologiczne: otóż ludzie

o bardziej prymitywnych charakterach nie potrafili wyzwolić się spod wpływu brutalnej przemocy, która otaczała ich na co dzień w obozie. Odzyskawszy wolność, sądzili, że wolno im z niej korzystać w sposób rozwiązły i bezwzględny. Jedyne, co się w ich mniemaniu zmieniło, to fakt, że teraz to oni byli oprawcami, a nie ofiarami. Z biernego obiektu niesprawiedliwości i różnyskiej przemocy stawali się jej inicjatorami, a swoje zachowanie tłumaczyli własnymi ciężkimi doświadczeniami. Często znajdowało to swoje odbicie w pozornie nieznaczących wydarzeniach. Zmierzaaliśmy kiedyś z przyjaciółm przez łąkę w kierunku obozu i w pewnym momencie natknęliśmy się na zieleńiący łąn. Odruchowo chciałem go wyminąć, lecz mój towarzysz wziął mnie pod rękę i pociągnął za sobą na pole. Wyjąkałem coś na temat deptania młodego zboża, on zaś zdenerwował się, rzucił mi gniewne spojrzenie i wykrzyknął: „Co ty wygadujesz! Mało nam jeszcze odebrali? Zagazowali mi żonę i dziecko, o innych rzeczach nawet nie wspomnę, a ty chcesz mi zabronić deptania tych paru nędznych kłosów!”.

Tylko stopniowo można było im na powrót uświadomić tę niezmienną prawdę, zgodnie z którą nikt nie ma prawa źle postępować, nawet jeśli sam został źle potraktowany. Musieliśmy robić wszystko, co w naszej mocy, aby nasi towarzysze zrozumieli; w przeciwnym razie konsekwencje mogły być o wiele poważniejsze niż zniszczenie kilku tysięcy kłosów zboża. Wciąż mam przed oczyma twarz więźnia, który podwinąwszy rękawy kurtki, podsunął mi pod nos zaciśniętą prawą pięść i wykrzyknął: „Niech mi odetną tę dłoń, jeśli nie unurzam jej we krwi jeszcze tego samego dnia, gdy wrócę do domu!”. Chcę w tym miejscu podkreślić, że ten, kto wypowiedział te słowa, nie był wcale złym człowiekiem. Podczas naszego pobytu w obozie i zaraz po wyzwoleniu zaliczał się do moich najbliższych towarzyszy.

Oprócz demoralizacji, będącej wynikiem gwałtownego wyzwolenia się spod psychicznego nacisku, jeszcze dwa inne czynniki mogły stanowić zagrożenie dla postawy byłego więźnia: rozgoryczenie i rozczarowanie, jakie często odczuwał po powrocie do swego dawnego życia.

Powodem rozgoryczenia mogło być wiele czynników, z jakimi były więzień miał do czynienia w swoim rodzinnym mieście. Gdy tuż po przyjeździe w wielu miejscach witano go zwykłym wzruszeniem ramion czy oklepami frazesami, człowiek ów odczuwał rosnące rozgoryczenie i zaczynał się zastanawiać, dlaczego to wszystko go spotkało. Słyszcząc powtarzające się komentarze w rodzaju: „Nic o tym nie wiedzieliśmy” albo: „My też swoje wycierpieliśmy”, zadawał sobie pytanie: „Czy naprawdę nikt nie ma mi nic więcej do powiedzenia?”.

Inaczej rzecz się miała z rozczarowaniem. W tym przypadku nie chodziło o bliźnich (których powierzchowność i brak wrażliwości były tak ohydne, że człowiek miał w końcu ochotę wcisnąć się do mysiej dziury i nigdy już więcej nie słyszeć ani nie oglądać innych ludzi), lecz o los, który wydawał się niepojęty w swoim okrucieństwie. Ktoś, komu latami wydawało się, że sięgnął dna otchłani cierpienia, odkrywał nagle, że cierpienie nie ma granic, a on może nadal cierpieć, i to

jeszcze bardziej dotkliwie.

Wspominając o próbach dodawania otuchy więźniom obozu, podkreślałem, że w każdym przypadku niezbędne było wskazanie człowiekowi celu, do którego mógł dążyć. Należało mu uświadomić, że w przyszłości nadal czeka go życie, życie u boku ukochanej osoby. Cóż jednak można było powiedzieć temu samemu człowiekowi już po wyzwoleniu? Często okazywało się, że na wolności nikt na niego nie czeka. Biada temu, kto dowiedział się, że osoba, której wspomnienie dodawało mu odwagi i trzymało go przy życiu w obozie, już nie istnieje! Biada temu, kto – gdy nadszedł nareszcie ów wyśniony dzień – przekonywał się, że rzeczywistość boleśnie zawiodła jego oczekiwania! Być może wskakiwał do tramwaju i jechał do domu, który całymi latami oglądał wyłącznie w wyobraźni, a następnie przyciskał dzwonek tak, jak robił to tysiące razy w swoich snach, tylko po to, aby przekonać się, że nie otworzy mu osoba, która miała to zrobić, że już jej tam nie ma i nigdy nie będzie.

Podczas niewoli w obozie często powtarzaliśmy sobie, że żadne ziemskie szczęście nie wynagrodzi nam tego, cośmy wycierpieli. Nie marzyliśmy o szczęściu i to nie nadzieja na szczęście przydawała odwagi nam, a znaczenia naszym cierpieniom, poświęceniu i śmierci. A mimo to nie byliśmy przygotowani na nieszczęście. Owo rozczarowanie, którego dane było wielu więźniom zakosztować, okazało się dla nich wyzwaniem trudnym do pokonania. Również psychiatrze trudno było nieść pomoc w takiej sytuacji. Nie mogło go to jednak zniechęcać; przeciwnie, musiało stać się dla niego dodatkowym bodźcem do działania.

Jednak dla każdego byłego więźnia nadchodzi w końcu dzień, gdy spogląda wstecz na swoje obozowe przeżycia i nie pojmuje, jakim cudem udało mu się przetrwać. Jak w wytęsknionym dniu wyzwolenia wszystko wydawało nam się tylko pięknym snem, tak też nieuchronnie przychodzi moment, kiedy wszystkie doświadczenia obozu wydają się być niczym innym, jak tylko sennym koszmarem.

Dla człowieka powracającego z obozu ukoronowaniem jego przeżyć było wspaniałe poczucie, że po tym, co do tej pory wycierpiał, nie musi się już niczego bać – poza swoim Bogiem.

CZĘŚĆ DRUGA

Podstawy logoterapii ³

Czytelnicy moich obozowych wspomnień proszą zwykle o pełniejsze i dokładniejsze wyjaśnienie mojej psychoterapeutycznej doktryny. W odpowiedzi na ich apele w oryginalnym wydaniu książki *From Death-Camp to Existentialism* zamieściłem krótki rozdział dotyczący logoterapii. Ale i to okazało się niewystarczające i dalej zasypywano mnie prośbami o bardziej wyczerpujące omówienie tematu. Niniejsze wydanie wychodzi im naprzeciw, zawiera bowiem całkowicie przeredagowany i znacznie poszerzony rozdział poświęcony temu zagadnieniu.

Nie było to wcale łatwe zadanie. Przekazanie czytelnikowi całej wiedzy, jaką zawarłem w dwudziestu spisanych po niemiecku tomach, graniczy z niemożliwością. Przypomina mi się w tym miejscu spotkanie z pewnym amerykańskim lekarzem, który pewnego dnia zjawił się w moim wiedeńskim gabinecie i zapytał: – Panie doktorze, czy jest pan psychoanalitykiem? – Na co odparłem: – Właściwie nie jestem psychoanalitykiem; powiedzmy, że jestem psychoterapeutą. – On zaś miał już w zanadru następne pytanie: – A którą szkołę pan reprezentuje? – Odpowiedziałem: – To moja własna teoria, znana pod nazwą logoterapii. – Czy może mi pan jednym zdaniem wyjaśnić, co to znaczy? – zapytał. – A przynajmniej jaka jest różnica między psychoanalizą a logoterapią? – Owszem – odparłem – ale najpierw pan wytłumaczy mi jednym zdaniem, czym według pana jest psychoanaliza. – Jego odpowiedź brzmiała: – Podczas psychoanalizy pacjent musi leżeć na kanapie i opowiadać terapeutę o rzeczach, o których często nie ma ochoty mówić. – Moja zaś była całkowicie improwizowana: – W takim razie podczas logoterapii pacjent musi siedzieć prosto i wysłuchiwać rzeczy, których często nie ma ochoty słuchać.

Był to oczywiście żart, a nie wersja logoterapii w pigułce. A jednak coś w tym jest, ponieważ w porównaniu z psychoanalizą logoterapia jest metodą znacznie mniej retrospektywną, a bardziej introspektywną. Logoterapia skupia się głównie na przyszłości, to znaczy na tym, do czego pacjent ma w swoim życiu dążyć (logoterapia jest w rzeczy samej psychoterapią skoncentrowaną na sensie życia). Jednocześnie logoterapia neutralizuje zachowania typu „błędne koło” oraz mechanizmy sprzężenia zwrotnego, odgrywające tak ważną rolę w rozwoju różnego rodzaju nerwic. W ten sposób typowy neurotyczny egocentryzm ulega rozbiciu, zamiast być stale rozwijany i wzmacniany.

Oczywiście powyższe podsumowanie jest zbyt uproszczeniem, jednak prawdą jest, że w logoterapii pacjent rzeczywiście jest konfrontowany z sensem własnego życia i zostaje nań przeorientowany. Zaś uświadomienie mu owego sensu może przyczynić się w znacznej mierze do pokonania przezeń nerwicy.

W tym miejscu pozwolę sobie wyjaśnić, dlaczego wybrałem termin „logoterapia” jako nazwę swojej teorii. Logos to greckie słowo oznaczające „sens”. Logoterapia zaś, lub – jak nazywają ją niektórzy – trzecia wiedeńska szkoła psychoterapii, skupia się na sensie ludzkiej egzystencji, jak również na poszukiwaniu owego sensu przez człowieka. Zgodnie z logoterapią, dążenie do znalezienia w życiu sensu jest u człowieka najpotężniejszą siłą motywującą. Dlatego też mówię tu o woli sensu w odróżnieniu od zasady przyjemności (lub, jak można by to również ująć, woli przyjemności), wokół której koncentruje się freudowska psychoanaliza, jak i w odróżnieniu od woli mocy, na którą kładzie nacisk psychologia adlerowska, posługująca się terminem „dążenia do wyższości”.

WOLA SENSU

Poszukiwanie sensu stanowi podstawową motywację w życiu człowieka, a nie jedynie „wtórną racjonalizację” instynktownych popędów. Sens ów jest unikatowy i wyjątkowy, ponieważ człowiek sam jeden tylko może i musi go wypełnić; jedynie w ten sposób zrealizowana zostanie jego wola sensu. Choć niektórzy psychologowie utrzymują, że sens i wewnętrzne wartości to nic innego, jak zwykłe „mechanizmy obronne, reakcje pozorowane oraz przejawy sublimacji”, to jeśli o mnie chodzi, nie byłbym gotów żyć dla samych „mechanizmów obronnych”, podobnie jak nie miałbym ochoty umierać za swoją „reakcję pozorowaną”. Człowiek zaś zdolny jest przecież żyć dla swoich ideałów i wartości, a nawet za nie umierać!

Kilka lat temu we Francji przeprowadzono badanie opinii publicznej, z którego wynika, że zdaniem aż 89 procent ankietowanych człowiek potrzebuje „czegoś”, dla czego mógłby żyć. Co więcej, 61 procent respondentów przyznało, że w ich własnym życiu jest coś – lub ktoś – za co wręcz byliby gotowi umrzeć. Kiedy przeprowadziłem podobny sondaż wśród pacjentów i personelu na oddziale mojego wiedeńskiego szpitala, okazało się, że wynik w zasadzie nie odbiega od tego, który uzyskano na podstawie próby kilku tysięcy Francuzów; różnica wynosiła zaledwie 2 procent.

Socjologowie z Uniwersytetu Johnsa Hopkinsa przeprowadzili inne badanie statystyczne z udziałem 7 948 studentów czterdziestu ośmiu wyższych uczelni. Ich wstępny raport stanowił część dwuletniego programu badawczego sponsorowanego przez Narodowy Instytut Zdrowia Psychicznego. W odpowiedzi na pytanie, co uważają obecnie za „najważniejsze w swoim życiu”, 16 procent studentów zakreśliło „zarobić dużo pieniędzy”, podczas gdy aż 78 procent za swój nadrzędny cel uznało „odnaleźć w życiu cel i sens”.

Zdarzają się rzecz jasna przypadki, kiedy troska o wartości stanowi jedynie zasłonę dymną dla ukrytych wewnętrznych konfliktów, są to jednak raczej wyjątki od reguły niż potwierdzające ją przykłady. W takiej sytuacji mamy w rzeczywistości do czynienia z pseudowartościami i jako takie muszą one zostać zdemaskowane. Demaskowanie ich musi się jednak zatrzymać w momencie konfrontacji z tym, co autentyczne – autentyczne w człowieku – na przykład z pragnieniem odnalezienia w swoim życiu sensu. W przeciwnym razie jedyną rzeczą, jaką „demaskujący psycholog” zdoła zdemaskować, będzie jego własny „ukryty motyw działania”, a mianowicie nieświadoma potrzeba pomniejszania i deprecjonowania człowieczeństwa człowieka.

FRUSTRACJA EGZYSTENCJALNA

Ludzka wola sensu może również ulec frustracji; takie przypadki logoterapia określa mianem frustracji egzystencjalnej. Przymiotnik „egzystencjalny” może być tutaj rozumiany na trzy sposoby: w odniesieniu do: (1) egzystencji jako takiej, to znaczy bytu człowieka, (2) sensu egzystencji oraz (3) dążenia do odnalezienia konkretnego sensu własnej egzystencji, innymi słowy woli sensu.

Frustracja egzystencjalna może być przyczyną nerwicy. W tym przypadku logoterapia posługuje się terminem „nerwica noogenna” w odróżnieniu od nerwicy w tradycyjnym znaczeniu tego słowa, to znaczy nerwicy o podłożu psychogennym. Nerwice noogenne mają swe źródło nie w psychologicznym, lecz właśnie „noologicznym” wymiarze ludzkiej egzystencji (w języku greckim nóos oznacza „umysł”, „rozum”). Jest to kolejny termin, którym posługuje się logoterapia i który odnosi się bezpośrednio do wszystkiego, co jest właściwe człowiekowi.

NERWICE NOOGENNE

Nerwice noogenne nie są wynikiem sprzecznych popędów i impulsów, lecz raczej problemów egzystencjalnych. Wśród tych ostatnich znaczącą rolę odgrywa frustracja woli sensu.

Jest zatem czymś oczywistym, że w przypadku nerwicy noogennej najbardziej odpowiednią terapią będzie nie ogólna psychoterapia, lecz właśnie logoterapia – to znaczy terapia, która ośmiela się wkraczać w typowo ludzki wymiar egzystencji.

Pozwolę sobie w tym miejscu przytoczyć pewien przykład. Do mojego wiedeńskiego gabinetu zgłosił się kiedyś amerykański dyplomata. Pragnął podjąć przerwana terapię psychoanalityczną, na którą uczęszczał wcześniej przez pięć lat w Nowym Jorku. Zaraz na wstępie zapytałem, dlaczego uważa, że powinien poddać się terapii i co spowodowało, że w ogóle się na nią zdecydował. Okazało się, że mój pacjent był niezadowolony ze swojej kariery; trudno było mu się pogodzić z ówczesną amerykańską polityką zagraniczną. Jego poprzedni terapeuta nieustannie powtarzał, że mój pacjent powinien podjąć próbę naprawy swoich stosunków z ojcem. Tłumaczył to w ten sposób, że rząd Stanów Zjednoczonych, podobnie jak przełożeni mego pacjenta, „w oczywisty sposób” stanowią symboliczny obraz ojca; w związku z tym niezadowolenie z pracy wynika z nienawiści, jaką pacjent podświadomie wobec niego odczuwa. Podczas kolejnych pięciu lat terapii mój pacjent stopniowo skłaniał się ku temu, aby zaakceptować interpretację swojego terapeuty. Doszło w końcu do tego, że patrząc na las, nie widział drzew, lecz same symbole i obrazy. Już po kilku spotkaniach stało się dla mnie jasne, że jego wola sensu została sfrustrowana poprzez wybór życiowej drogi i że w rzeczywistości podświadomie marzy, aby wykonywać zupełnie inną pracę. Jako że nic nie stało na przeszkodzie, aby porzucił swój zawód na rzecz innego, mój pacjent tak właśnie postąpił, a rezultaty tej decyzji były więcej niż zadowalające. Niedawno wyznał mi, że od ponad pięciu lat czerpie satysfakcję ze swego nowego zajęcia. W tym wypadku miałem poważne wątpliwości co do tego, że mam rzeczywiście do czynienia z nerwicą, dlatego też uznałem, że pacjent nie potrzebuje psychoterapii ani nawet logoterapii – z tego prostego powodu, że trudno było w ogóle nazwać go pacjentem. Nie każdy wewnętrzny konflikt musi mieć automatycznie podłoże neurotyczne; wiele sprzeczności, jakie odczuwamy, to zdrowe, normalne zjawisko. W podobny sposób cierpienie nie jest wyłącznie zjawiskiem patologicznym; zamiast być objawem nerwicy, cierpienie może być równie dobrze traktowane jako ludzkie osiągnięcie, zwłaszcza jeśli wyrasta z frustracji egzystencjalnej. Stanowczo nie zgadzam się z poglądem, jakoby ludzkie poszukiwanie sensu własnej egzystencji, a nawet powątpiewanie w ów sens nieodmiennie miało swoje źródło

w chorobie czy też było jej powodem. Frustracja egzystencjalna jako taka nie jest sama w sobie zjawiskiem patologicznym ani patogenicznym. Troska, czy wręcz lęk człowieka dotyczący sensu życia, jest wyrazem niepokoju egzystencjalnego, lecz z pewnością nie choroby umysłowej. Mylnie odczytanie tego pierwszego jako choroby może sprawić, że lekarz będzie próbował pogrzebać egzystencjalną rozpacz swego pacjenta pod całą górą leków na uspokojenie. Tymczasem jego zadaniem jest przeprowadzenie pacjenta przez kryzys egzystencjalny i wskazanie mu dróg dojrzewania i rozwoju.

Głównym zadaniem logoterapii jest pomoc pacjentowi w odnalezieniu sensu życia. Jest ona procesem analitycznym, jako że uświadamia człowiekowi ukryty logos jego egzystencji. W tym zakresie logoterapia przypomina psychoanalizę. Jednakże w swoich próbach ponownego uświadomienia pacjentowi pewnych kwestii nie ogranicza się ona wyłącznie do impulsów obecnych podświadomości jednostki, lecz zajmuje się również płaszczyznami egzystencjalnymi, takimi jak dążenie do wypełnienia potencjalnego sensu egzystencji czy wola sensu. Oczywiście celem każdej analizy, nawet tej, która pomija wymiar noologiczny w procesie terapeutycznym, jest uświadomienie pacjentowi, jakie są jego najgłębiej ukryte pragnienia. Logoterapia różni się od psychoanalizy tym, że uważa człowieka za istotę, której podstawową motywację stanowi dążenie do wypełnienia sensu swojego życia, a nie tylko do osiągnięcia zadowolenia i zaspokojenia swoich popędów i impulsów, pogodzenia sprzecznych roszczeń id, ego i superego czy adaptacji oraz przystosowania się do wymogów społeczeństwa i środowiska.

Niewątpliwie poszukiwanie sensu częściej prowadzi do stanu wzmożonego napięcia, aniżeli pomaga osiągnąć wewnętrzną równowagę. Ale to właśnie owo napięcie stanowi zasadniczy warunek zdrowia psychicznego. Ośmielę się w tym miejscu stwierdzić, że jeśli chodzi o wolę przetrwania w najtrudniejszych nawet warunkach, nic na całym świecie nie może się równać ze świadomością, że nasze życie ma sens. Wiele jest prawdy w słowach Nietzschego, który powiedział: „Ten, kto wie, dlaczego żyje, nie troszczy się o to, jak żyje”. To zdanie jest dla mnie mottem, które sprawdza się w każdym rodzaju psychoterapii. Przebywając w nazistowskich obozach koncentracyjnych, można się było przekonać, że największe szanse na przeżycie mieli ludzie świadomi tego, iż w przyszłości czeka na nich konkretne zadanie do wykonania. Do tego samego wniosku doszło później wielu autorów piszących o obozach koncentracyjnych oraz psychiatrów badających rzeczy wistość japońskich, północnokoreańskich i północnowietnamskich obozów jenieckich.

Jeśli o mnie chodzi, zaraz po przewiezieniu mnie do obozu koncentracyjnego w Auschwitz skonfiskowano mi rękopis gotowej książki⁴. Nie mam żadnych wątpliwości, że głębokie pragnienie napisania jej od nowa pomogło mi przetrwać koszmar kolejnych obozów. Gdy na przykład w niewoli w Bawarii zapadłem na tyfus plamisty, na małych skrawkach papieru sporządzałem notatki, które w przyszłości, gdybym dożył dnia wyzwolenia z obozu, miały mi pomóc w rekonstrukcji mego rękopisu. Jestem głęboko przekonany, że to mozolne odtwarzanie utraconego rękopisu w mroku baraku bawarskiego obozu koncentracyjnego pozwoliło wówczas mojemu organizmowi przezwyciężyć groźbę zapaści sercowo-naczyniowej.

Widać zatem wyraźnie, że podstawą zdrowia psychicznego jest pewien stopień napięcia – rozdźwięk pomiędzy tym, co już osiągnęliśmy, i tym, co jeszcze musimy osiągnąć, albo tym, kim jesteśmy, a kim być powinniśmy. Tego rodzaju wewnętrzne napięcie jest nieodłączną cechą ludzkiej natury, a co za tym idzie, niezbędnym warunkiem zdrowia psychicznego. Nie należy się zatem wahać przed wskazywaniem człowiekowi potencjalnego sensu, który powinien wypełnić. Tylko w ten sposób można bowiem pobudzić jego wolę sensu znajdującą się dotąd w stanie uśpienia. W kwestii higieny psychicznej za wysoce błędne i niebezpieczne uważam przekonanie, jakoby człowiek potrzebował przede wszystkim równowagi lub, jak się to określa w biologii, „homeostazy” rozumianej jako stan pozbawiony wszelkich napięć. Tym, czego człowiek naprawdę potrzebuje, nie jest stan wewnętrznej równowagi, lecz raczej wewnętrzna walka, dążenie do osiągnięcia wartościowego dlań celu czy realizacji swobodnie wybranego zadania.

Tym, czego potrzebuje, nie jest rozładowywanie za wszelką cenę wewnętrznych napięć, lecz wezwanie do wypełnienia potencjalnego sensu. Tym, czego mu trzeba, nie jest homeostaza, lecz to, co ja sam nazywam noodynamiką, a mianowicie egzystencjalna dynamika dwubiegunowego pola napięć, gdzie jeden biegun to oczekujący na wypełnienie sens, a drugi to mający go wypełnić człowiek. Nie należy jednak zakładać, że powyższa zasada sprawdza się wyłącznie w normalnych warunkach; w przypadku jednostek neurotycznych jest tak samo, jeśli nie bardziej ważna. Gdy architekci chcą wzmocnić osuwający się łuk, przykładają nań od góry większy nacisk, aby tworzące go elementy lepiej do siebie przylegały. Podobnie, chcąc zadbać o zdrowie psychiczne pacjenta, terapeuta nie powinien obawiać się prowokowania silnych napięć poprzez zwrócenie pacjentowi uwagi na sens jego życia.

Wykazawszy zbawienny wpływ podejścia terapeutycznego zorientowanego na poszukiwanie sensu, chciałbym zająć się teraz wysoce szkodliwymi konsekwencjami pewnego uczucia, na które skarży się obecnie tylu pacjentów, a mianowicie poczucia całkowitego braku sensu życia. Ludzie ci nie mają świadomości celu, dla którego warto byłoby żyć. Prześladowuje ich poczucie wewnętrznej pustki, wrażenie, że znaleźli się na duchowej pustyni; dotknęło ich bowiem zjawisko, które ja sam nazywam egzystencjalną pustką.

EGZYSTENCJALNA PUSTKA

Egzystencjalna pustka to w dwudziestym wieku zjawisko powszechne. Można to z łatwością zrozumieć; egzystencjalna pustka ma bowiem związek z podwójną stratą, jakiej musiał doświadczyć człowiek od czasu, gdy w pełni stał się człowiekiem. U początków historii rodzaju ludzkiego utracił on część podstawowych zwierzęcych instynktów, które wpisane są w zachowanie zwierzęcia i gwarantują mu bezpieczeństwo. Owo poczucie bezpieczeństwa, podobnie jak raj, zostało człowiekowi bezpowrotnie odebrane, co zmusiło go do dokonywania życiowych wyborów. Dodatkowo na późniejszym etapie swego rozwoju, stosunkowo niedawno, człowiek poniósł jeszcze jedną dotkliwą stratę będącą konsekwencją gwałtownego zanikania tradycji określających dotąd charakter jego zachowań. Nie mogąc liczyć ani na instynkt, ani na tradycję w kwestii swojego postępowania, człowiek często sam już nie jest w stanie stwierdzić, jak chciałby postąpić. W rezultacie albo chce postępować tak jak inni (konformizm), albo robi to, czego inni od niego oczekują (totalitaryzm).

Niedawne badanie statystyczne przeprowadzone wśród moich europejskich studentów wykazało, że 25 procent z nich odczuwa mniej lub bardziej zaawansowaną formę egzystencjalnej pustki. W przypadku studentów amerykańskich odsetek ten wyniósł nie 25, ale 60 procent.

Głównym przejawem egzystencjalnej pustki jest stan permanentnego znudzenia. W tym kontekście zrozumiałe stają się słowa Schopenhauera, który twierdził, że ludzkość jest najwyraźniej skazana na to, by wiecznie oscylować między dwiema skrajnościami – rozpaczą i znudzeniem. W dzisiejszych czasach znudzenie powoduje więcej problemów – takich, z którymi musimy zwracać się do psychiatry – niż rozpacz. Problemy te będą z upływem czasu odgrywać coraz istotniejszą rolę, jako że postępująca automatyzacja życia doprowadzi prawdopodobnie do gwałtownego zwiększenia się liczby wolnych godzin będących do dyspozycji przeciętnego pracownika. Niestety, wielu z nich nie będzie wiedziało, co zrobić z tą świeżo uzyskaną swobodą.

Przyjrzyjmy się na przykład tak zwanej nerwicy niedzielnej, rodzajowi depresji dotyczącej ludzi, którzy z chwilą, gdy zabiegany tydzień dobiega końca, nie mają czym wypełnić czasu i uświadamiają sobie własną wewnętrzną pustkę. Owa egzystencjalna pustka jest przyczyną niemałej liczby samobójstw. Powszechnie występujące zjawiska, takie jak depresja, agresja i nałogi, trudno byłoby zrozumieć, nie biorąc pod uwagę leżącej u ich podstaw egzystencjalnej pustki. Jest ona również główną przyczyną kryzysu psychicznego emerytów i ludzi starszych.

Egzystencjalna pustka może przybierać różne oblicza. Czasami sfrustrowana wola sensu bywa

pośrednio kompensowana przez wolę mocy, w tym również przez jej najbardziej prymitywną formę, jaką jest tak zwana wola pieniędzy. Kiedy indziej miejsce sfrustrowanej woli sensu zajmuje wola przyjemności, dlatego też frustracja egzystencjalna jest często kompensowana przez zachowania seksualne. W takich przypadkach można zaobserwować ścisły związek między wybujałym libido a egzystencjalną pustką.

Z analogiczną sytuacją mamy do czynienia w przypadku nerwicy. W dalszej części omówię pewne rodzaje mechanizmów sprzężenia zwrotnego oraz schematów psychologicznych przybierających formę „błędnego koła”. Co ciekawe, stała obserwacja powyższych symptomów dowodzi, iż ulokowały się one w egzystencjalnej pustce człowieka i że to właśnie ona wzmacnia i nasila ich charakter. W tego rodzaju przypadkach nie mamy, co prawda, do czynienia z nerwicą noogenną, niemniej nie zdołamy pomóc pacjentowi w pokonaniu jego zaburzeń, jeśli nie uzupełnimy leczenia psychoterapeutycznego o logoterapię, bowiem tylko dzięki wypełnieniu egzystencjalnej pustki pacjent zdoła uniknąć dalszych nawrotów choroby. A zatem wskazaniem do stosowania logoterapii jest nie tylko nerwica noogenna, lecz również ta o podłożu psychogennym, a czasami nawet somatogenna (pseudo-) nerwica. W tym kontekście uzasadnione wydaje mi się twierdzenie Magdy B. Arnold: „Każda terapia, nawet najbardziej restrykcyjna, musi być w pewnym stopniu logoterapią” [5](#).

Zastanówmy się teraz, jak powinniśmy zareagować, jeśli pacjent zada nam pytanie o sens swojego życia.

SENS ŻYCIA

Wątpię, czy jakikolwiek lekarz potrafiłby odpowiedzieć ogólnie na tak postawione pytanie. Sens zmienia się nie tylko z dnia na dzień i z godziny na godzinę, lecz także od człowieka do człowieka. Dlatego liczy się przede wszystkim nie jakiś ogólnie pojęty sens, lecz to, co w danym momencie ma znaczenie w życiu konkretnej jednostki. Formułowanie pytania o sens życia w tak ogólny sposób przypomina pytanie mistrza szachowego: „Mistrzu, czy możesz mi zdradzić, które posunięcie jest najbardziej skuteczne?”. W szachach nie istnieje coś takiego, jak najlepszy czy nawet dobry ruch w ogóle, w oderwaniu od konkretnej sytuacji na szachownicy czy charakteru przeciwnika. To samo dotyczy ludzkiej egzystencji. Nie należy poszukiwać w życiu jakiegoś abstrakcyjnego sensu. Każdy człowiek ma swoje wyjątkowe powołanie czy misję, której celem jest wypełnienie konkretnego zadania. Nikt nas w tym nie wyręczy ani nie zastąpi, tak jak nie dostaniemy szansy, aby drugi raz przeżyć swoje życie. A zatem każdy z nas ma do wykonania wyjątkowe zadanie, tak jak wyjątkowa jest okazja, aby je wykonać.

Jako że każda sytuacja stawia przed człowiekiem konkretne wyzwanie lub problem do rozwiązania, pytanie o sens życia można by z powodzeniem odwrócić. Koniec końców, zamiast pytać o sens swego życia, człowiek powinien uświadomić sobie, że to on sam jest adresatem tego pytania. Inaczej: życie każdemu z nas stawia pytania, a jedynym sposobem, aby mu odpowiedzieć, jest odpowiadać za swoje życie, być za nie odpowiedzialnym. Tym samym logoterapia dostrzega w odpowiedzialności istotę ludzkiej egzystencji.

ISTOTA EGZYSTENCJI

Wielka rola odpowiedzialności znajduje swe odzwierciedlenie w imperatywie kategoriycznym logoterapii, który brzmi: „Żyj tak, jakbyś żył po raz drugi, i tak, jakbyś za pierwszym razem postąpił równie niewłaściwie, jak zamierzasz postąpić teraz!”. Według mnie nic nie jest w stanie bardziej pobudzić człowieka do wzięcia odpowiedzialności za swoje życie niż powyższa maksyma; po pierwsze, skłania go ona do wyobrażenia sobie, że teraźniejszość to przeszłość, a po drugie, pokazuje, że przeszłość można w każdej chwili zmienić i naprawić. Zasada ta konfrontuje nas zarówno ze skończonością naszego życia, jak i z ostatecznym charakterem tego, co możemy uczynić ze sobą i swoim życiem.

Logoterapia dąży do tego, aby w pełni uświadomić pacjentowi wymiar jego odpowiedzialności; pozostawia mu zatem swobodę decyzji w kwestii tego, za co i wobec kogo lub czego czuje się odpowiedzialny. Z tego też względu, w porównaniu z innymi psychoterapeutami, logoterapeuta w najmniejszym stopniu odczuwa pokusę wydawania wartościujących sądów odnośnie do swoich pacjentów, nigdy bowiem nie dopuszcza, aby pacjent przeniósł na niego odpowiedzialność osądzania.

Od pacjenta zależy zatem, czy interpretując swoje życiowe zadanie, uzna się za odpowiedzialnego przed społeczeństwem czy przed swoim własnym sumieniem. Zdarzają się osoby, które interpretują swoje życie nie tylko w kategoriach przydzielonego im zadania, lecz również w kategoriach tego, kto im to zadanie przydzielił.

Logoterapia nie jest nauczaniem ani kaznodziejstwem. Równie daleko jej do logicznego rozumowania, jak i do umoralniającego napominania. Mówiąc obrazowo, zadanie logoterapeuty bliższe jest zadaniu okulisty niż malarza. Malarz usiłuje przekazać nam obraz świata takim, jakim sam go widzi; okulista natomiast stara się nam umożliwić widzenie świata takim, jaki jest naprawdę. Rolą logoterapeuty jest poszerzenie pola widzenia pacjenta tak, aby ten dostrzegł i uświadomił sobie istnienie całego spektrum potencjalnego sensu.

Twierdząc, że człowiek jest istotą odpowiedzialną i zobowiązaną stale urzeczywistniać sens potencjalnie zawarty w każdej życiowej sytuacji, pragnę jednocześnie podkreślić, że prawdziwy sens życia odnajdziemy raczej w świecie zewnętrznym niż w sobie samym, jako że nie jest prawdą twierdzenie, iż człowiek stanowi system zamknięty. Nazwałem ową konstytutywną cechę samoprzekraczaniem ludzkiej egzystencji. Należy przez to rozumieć, że człowiek zawsze kieruje się oraz jest kierowany w stronę czegoś lub kogoś innego niż on sam – może to być zarówno oczekujący wypełnienia sens, jak i inny człowiek, którego spotykamy na swojej drodze. Im

bardziej zapominamy o sobie – oddając się sprawie, której pragniemy służyć, bądź też osobie, którą pragniemy kochać – tym głębsze jest nasze człowieczeństwo i tym bardziej urzeczywistniamy swój potencjał. To, co znamy pod nazwą samourzeczywistniania, jest niczym innym, jak nieosiągalnym celem, z tego prostego względu, że im bardziej dążymy do samourzeczywistnienia, tym bardziej się od niego oddalamy. Innymi słowy, samourzeczywistnienie możliwe jest wyłącznie jako efekt uboczny samotranscendencji.

Wykazaliśmy do tej pory, że sens życia stale ulega przemianom, lecz nigdy nie przestaje istnieć. Zgodnie z założeniami logoterapii, sens życia można odkryć na trzy sposoby: (1) poprzez twórczą pracę lub działanie, (2) poprzez doświadczanie czegoś lub kontakt z innym człowiekiem oraz (3) poprzez to, jak znosimy nieuniknione cierpienie. Pierwszy sposób, dotyczący dokonań i osiągnięć, jest dość oczywisty. Drugi i trzeci wymagają dalszego wyjaśnienia.

Drugim ze sposobów odnajdywania sensu w życiu jest doświadczanie czegoś – na przykład dobroci, prawdy i piękna – poprzez bezpośredni kontakt z przyrodą lub kulturą, a także, nie mniej ważny, bezpośredni kontakt z innym człowiekiem, którego wyjątkowości możemy doświadczyć poprzez miłość.

SENS MIŁOŚCI

Miłość to jedyna droga, aby w pełni ogarnąć pełnię jestestwa drugiego człowieka. Nikt nie zdoła całkowicie uświadomić sobie istoty swego bliźniego, o ile go nie pokocha. Dzięki miłości jesteśmy bowiem zdolni dostrzec zasadnicze cechy ukochanej osoby, więcej, uświadamiamy sobie cały jej potencjał, który jeszcze nie jest, lecz powinien zostać urzeczywistniony. Ponadto poprzez swoją miłość kochający człowiek daje kochanej przez siebie osobie moc urzeczywistnienia tego potencjału. Uświadamiając drugiemu człowiekowi, kim może i kim powinien być, powodujemy, że jego potencjał znajduje swe odbicie w rzeczywistości.

Logoterapia nie uważa miłości za epifenomen⁶ impulsów oraz popędów seksualnych rozumiany jako tak zwana sublimacja. Miłość jest zjawiskiem równie pierwotnym, jak seks. Seks jest zazwyczaj sposobem wyrażania miłości. Jest on usprawiedliwiony, a nawet uświęcony o tyle, o ile – i tylko wtedy – jest narzędziem miłości. Miłość nie jest zatem rozumiana jako zwykły efekt uboczny seksu, lecz to raczej seks jest sposobem wyrażania tego wyjątkowego doświadczenia najwyższej formy bliskości z drugim człowiekiem, jaką jest miłość.

Trzecim z kolei sposobem odkrywania sensu w życiu jest cierpienie.

SENS CIERPIENIA

Nigdy nie powinniśmy zapominać, że sens życia można odnaleźć nawet wtedy, gdy znajdziemy się w beznadziejnej sytuacji, twarzą w twarz z przeznaczeniem, którego nie sposób zmienić. Jedyne, co możemy wówczas zrobić, to być świadkami czegoś wyjątkowego, do czego zdolny jest tylko człowiek, a mianowicie przemiany osobistej tragedii w triumf ludzkiego ducha, upadku w zwycięstwo. W sytuacji, której nie jesteśmy w stanie zmienić – przykładem może być którakolwiek z nieuleczalnych chorób, choćby nieoperacyjny rak – stajemy przed wyzwaniem, które brzmi: zmień samego siebie.

Pozwolę sobie przytoczyć w tym miejscu jednoznaczny przykład. Pewnego razu pewien starszy wiekiem internista, cierpiący na zaawansowaną depresję, zgłosił się do mnie na konsultację. Człowiek ten nie potrafił pogodzić się ze stratą żony, która zmarła dwa lata wcześniej i którą kochał ponad wszystko. Jakiej pomocy mogłem mu udzielić? Co powinienem mu powiedzieć? Powstrzymałem się od komentarzy, zadając mu tylko jedno pytanie: – Proszę mi powiedzieć, doktorze, co by się stało, gdyby to pan umarł pierwszy, a żona by pana przeżyła? – Och – westchnął. – To byłaby dla niej straszna tragedia. Wyobrażam sobie, jak bardzo by cierpiała! – Na co ja odparłem: – Widzi pan, doktorze, pańskiej żonie oszczędzone zostało to cierpienie i to właśnie pan jej go zaoszczędził – oczywiście za cenę tego, że teraz musi pan żyć dalej i ją oplakiwać. – Nic na to nie odpowiadał; uściśnął tylko moją rękę i spokojnie wyszedł z gabinetu. Cierpienie w pewnym sensie przestaje być cierpieniem w chwili, gdy nada mu się sens, choćby sens ofiary.

Rzecz jasna, przypadek ten trudno byłoby nazwać terapią w pełnym tego słowa znaczeniu, ponieważ, po pierwsze, rozpacz tego człowieka nie była chorobą, a po drugie, nie byłem w stanie zmienić jego przeznaczenia – nie miałem władzy przywrócić życia jego żonie. Owego dnia udało mi się jednak zmienić jego nastawienie do własnego nieodwracalnego przeznaczenia; od tamtej pory potrafił przynajmniej dostrzec w swoim cierpieniu jakiś sens. Jedno z podstawowych założeń logoterapii mówi, że głównym celem człowieka nie jest dążenie do przyjemności ani unikanie bólu, lecz właśnie poszukiwanie w swoim życiu sensu. Dlatego właśnie jesteśmy nawet gotowi cierpieć, oczywiście pod warunkiem że nadamy swojemu cierpieniu jakieś znaczenie.

Pragnę jednak wyraźnie zaznaczyć, że cierpienie w żaden sposób nie jest konieczne, aby móc odnaleźć sens i że możliwe jest doświadczanie sensu życia pomimo cierpienia – oczywiście pod warunkiem że jest ono nieuniknione. Gdyby zaś można było go unikać, sensownym działaniem byłoby usunąć jego przyczynę, bez względu na to, czy miałyby ona charakter psychologiczny,

biologiczny czy polityczny. Przyjmowanie cierpienia, które nie jest konieczne, to masochizm, a nie heroizm.

W swoim artykule poświęconym logoterapii nieżyjąca już Edith Weisskopf-Joelson, profesor psychologii na Uniwersytecie Georgii, konstatuje, że „współczesna filozofia higieny psychicznej wyraża pogląd, zgodnie z którym człowiek powinien być nieustająco szczęśliwy, a nieszczęście uważa się za przejaw nieprzystosowania. Ów system wartości może być zatem odpowiedzialny za to, iż brzemie nieuniknionego nieszczęścia człowieka dodatkowo powiększa ciężar bycia nieszczęśliwym z powodu bycia nieszczęśliwym”⁷. W jeszcze innej publikacji wyraża ona nadzieję, że logoterapia „może pomóc przeciwstawić się pewnym niezdrowym trendom obecnym w kulturze współczesnych Stanów Zjednoczonych, które praktycznie odbierają nieuleczalnie cierpiącemu możliwość odczuwania dumy ze swego cierpienia i postrzegania go jako nobilitujące, a nie hańbiące”; w rezultacie „człowiek cierpiący jest nie tylko nieszczęśliwy, ale na dodatek wstydzi się własnego nieszczęścia”.

Zdarza się, że zostajemy pozbawieni możliwości wykonywania swojej pracy czy cieszenia się życiem; nigdy jednak nie można wykluczyć cierpienia, które jest czymś nieuniknionym. Przyjmując z odwagą wyzwanie, jakim jest cierpienie, człowiek jest w stanie do ostatniej chwili dostrzegać w swoim życiu sens i zachowuje tę umiejętność dosłownie do końca. Innymi słowy, sens życia ma charakter bezwarunkowy, ponieważ obejmuje nawet potencjalny sens nieuniknionego cierpienia.

W tym miejscu chciałbym odwołać się do jednego z najgłębszych przeżyć, jakich dane mi było doświadczyć w obozie koncentracyjnym. Szanse przeżycia więźnia wynosiły w owym czasie niewiele więcej niż jeden do dwudziestu ośmiu, co można łatwo potwierdzić dzięki dokładnym statystykom. Było zatem mało prawdopodobne, wręcz niemożliwe, aby rękopis mojej pierwszej książki, którą przed przyjazdem do Auschwitz ukryłem w swoim płaszczu, jakimś cudem ocalał. Musiałem więc doświadczyć straty mego duchowego dziecka, a następnie się z nią pogodzić. Wydawało mi się wówczas, że już nic ani nikt po mnie nie pozostanie – ani dziecko z mej krwi, ani dziecko mego umysłu! Byłem zmuszony odpowiedzieć sobie, czy w zaistniałych okolicznościach moje życie zostało całkowicie pozbawione sensu.

Nie od razu rozumiałem, że odpowiedź na pytanie, z którym tak boleśnie się zmagalem, już na mnie czekała i wkrótce miała mi zostać objawiona. Stało się to w momencie, gdy zmuszony byłem oddać swoje ubranie, a w zamian odziedziczyłem znoszone łachmany jakiegoś nieszczęśnika, który zaraz po swoim przyjeździe do Auschwitz prosto z pociągu powędrował do komory gazowej. Zamiast grubego pliku zapisanych moją ręką kartek w kieszeni pasiała znalazłem tylko jedną stronę wyrwaną z hebrajskiego modlitewnika, zawierającą słowa najważniejszej żydowskiej modlitwy, Szema Jisrael⁸. Czyż mogłem odczytać ten niezwykły

„przypadek” inaczej, niż dostrzegając w nim wyzwanie, abym żył zgodnie ze swymi przemyśleniami, a nie tylko przelewał je na papier?

Pamiętam, że po pewnym czasie ogarnęło mnie przecucie, że niedługo umrę. Mimo to nawet w tak krytycznym momencie moje troski były zupełnie inne od trosk moich towarzyszy. Podczas gdy ich pytanie brzmiało: „Czy przeżyję obóz? Jeśli nie, wówczas całe to cierpienie nie ma sensu”, mnie dręczyło coś innego: „Czy całe to cierpienie, ta wszechobecna śmierć, ma jakiś sens? Jeśli nie, wówczas nie mam już po co żyć, jako że życie, którego sens jest kwestią przypadku – tego, czy uda nam się ująć śmierci, czy nie – w ostatecznym rozrachunku nie jest warte, aby o nie walczyć”.

PROBLEMY METAKLINICZNE

Współczesny psychiatra ma do czynienia z pacjentami, którzy częściej przychodzą doń z problemami czysto ludzkimi niż z objawami choroby umysłowej. Wielu z tych, którzy w dzisiejszych czasach zgłaszają się do psychiatry, dawniej udałoby się po poradę do pastora, księdza lub rabina. Gdy jednak terapeuta próbuje skierować ich do osoby duchownej, często odmawiają, zadając jednocześnie pytania w rodzaju: „Na czym polega sens mojego życia?”.

LOGODRAMA

Na początek chciałbym przytoczyć pewną historię. Zdarzyło się, że na oddział mego szpitala trafiła w wyniku próby samobójczej matka chłopca, który zmarł w wieku jedenastu lat. Doktor Kurt Kocourek zaproponował jej udział w grupie terapeutycznej; przypadek zrządził, że znalazłem się w sali, w której przeprowadzał psychodramę. Kobieta opowiadała właśnie swoją historię. Po śmierci chłopca została sama ze starszym niepełnosprawnym synem, ofiarą paraliżu dziecięcego. Biedak musiał być wożony na wózku. Jego matka buntowała się przeciw swemu losowi. Kiedy jednak spróbowała wraz z nim popełnić samobójstwo, to właśnie on, jej kaleki syn, ją powstrzymał – bo kochał życie! Dla niego nie straciło ono sensu. Dlaczego zatem straciło go dla jego matki? Czy w jej życiu można było jeszcze odnaleźć sens? I jak mogliśmy jej pomóc, aby uświadomiła sobie jego istnienie?

Improwizując, włączyłem się do dyskusji i zadałem pytanie innej z obecnych w grupie kobiet. Zapytałem, ile ma lat. Odpowiedziała: – Trzydzieści – na co ja odparłem: – Nie, nie masz trzydziestu lat, ale osiemdziesiąt, i leżysz na łożu śmierci. Spoglądasz wstecz na swoje życie, życie bezdzietne, lecz pełne finansowych sukcesów i bogate w prestiż towarzyski. – Następnie poprosiłem, aby wyobraziła sobie, co czułaby w takiej sytuacji. – O czym byś wtedy myślała? Co byś sobie mówiła? – Pozwolę sobie dokładnie zacytować jej słowa spisane z taśmy nagranej podczas owej sesji. – Och, wyszłam za mąż za milionera, wiodłam łatwe, zamożne życie i w pełni z niego korzystałam! Flirtowałam z mężczyznami, uwodziłam ich! Teraz jednak skończyłam osiemdziesiąt lat i nie mam własnych dzieci. Kiedy jako stara kobieta oglądałam się za siebie, nie potrafię powiedzieć, po co było to wszystko. Prawdę mówiąc, muszę przyznać, że przegrałam swoje życie!

Następnie poprosiłem matkę niepełnosprawnego chłopca, aby również wyobraziła sobie, że spogląda wstecz na swoje życie. Posłuchajmy, co miała na ten temat do powiedzenia: – Marzyłam o dzieciach i marzenie to się spełniło. Jeden z moich synów umarł; drugi jednak niepełnosprawny, trafiłby do zakładu specjalnego, gdyby mnie zabrakło. Choć kaleki i bezradny, nadal jest moim synem. Staralam się więc, aby w miarę możliwości żył pełnią życia; uczyniłam z mojego syna lepszego człowieka. – W tym momencie wybuchła płaczem i mówiła dalej przez łzy: – Jeśli o mnie chodzi, mogę ze spokojem spojrzeć wstecz na swoje życie, bo dostrzegam w nim ogromny sens, który ze wszystkich sił starałam się wypełnić. Zrobiłam wszystko, co w mojej mocy – i to, co było najlepsze dla mojego syna. Nie przegrałam swojego życia! – Analizując swoje życie z perspektywy łoża śmierci, owa kobieta nieoczekiwanie dostrzegła

w nim sens – sens, który obejmował wszystkie jej cierpienia. Tym samym stało się również jasne, że nawet krótkie życie, jak na przykład życie jej zmarłego syna, może być pełne radości oraz miłości i mieć więcej sensu, niż życie, które trwało osiemdziesiąt lat.

Po pewnym czasie zadałem następne pytanie, tym razem zwracając się do całej grupy. Pytanie brzmiało: czy małpa, którą wykorzystuje się do badań nad szczepionką przeciw polio i z tego powodu raz za razem kłuje igłą, jest w stanie ogarnąć sens swego cierpienia? Wszyscy obecni jednogłośnie odparli, że oczywiście nie; małpa, ze swą ograniczoną inteligencją, nie potrafi przeniknąć do świata ludzi, to znaczy jedyne go świata, w którym sens jej cierpienia byłby zrozumiały. Kontynuując temat, zadałem zatem kolejne pytanie: – A co z człowiekiem? Czy jesteście pewni, że świat ludzi stanowi ostatni etap kosmicznej ewolucji? Czy tak trudno wyobrazić sobie istnienie innego wymiaru, świata poza naszym światem, w którym pytanie o ostateczny sens ludzkiego cierpienia znalazłoby swoją odpowiedź?

Ten ostateczny sens w zrozumiaily sposób przekracza i przewyższa ograniczone możliwości intelektualne człowieka; w logoterapii mówimy w tym kontekście o supersensie. Zadaniem człowieka nie jest bowiem, jak nauczają niektórzy filozofowie egzystencjalni, cierpliwie znosić bezsens życia, lecz raczej własną niemożność opisania jego bezwarunkowego sensu w sposób racjonalny. Logos jest bowiem głębszy od logiki.

Psychiatra wykraczający poza koncepcję supersensu zostanie prędzej czy później zawstydzony przez swoich pacjentów; właśnie tak było w moim przypadku, gdy moja sześćioletnia wówczas córka zadała mi następujące pytanie: – Dlaczego mówimy o dobrym Bogu? Z miejsca odpowiedziałem: – Kiedy kilka tygodni temu zachorowałaś na odrę, dobry Bóg zesłał ci zdrowie. – Moja odpowiedź jednak jej nie zadowoliła i odparła: – Ale nie zapominaj, tatusiu, że najpierw Bóg zesłał mi odrę.

Gdy nasz pacjent ma solidne oparcie w religii, nie istnieją żadne przeciwwskazania, aby w celach terapeutycznych wykorzystać jego religijne przekonania, czerpiąc zarazem z jego duchowych bogactw. Aby tego dokonać, psychiatra może postawić się w sytuacji pacjenta. Sam to kiedyś zrobiłem, gdy pewien rabin z Europy Wschodniej zwrócił się do mnie z prośbą o pomoc i opowiedział mi swoją historię. Swoją pierwszą żonę i sześcioro dzieci stracił w obozie koncentracyjnym w Auschwitz, gdzie zostali zagazowani, teraz zaś okazało się, że jego druga żona jest bezpłodna. Zauważyłem, że prokreacja nie stanowi jedynego sensu życia, bo wówczas życie jako takie stałoby się bezsensowne, a nie można nadać sensu czemuś, co samo w sobie jest go pozbawione, podejmując próby jego przedłużenia. Rabin interpretował jednak swój ciężki los jak na ortodoksyjnego Żyda przystało, rozpaczając na myśl, że nie ma syna, który po jego śmierci odmówiłby za niego kadysz⁹.

Mimo to nie poddawałem się. Chcąc mu dopomóc, podjąłem ostatnią próbę i zapytałem, czy nie ma nadziei spotkać się ze swymi zmarłymi dziećmi w niebie. W odpowiedzi mój pacjent wybuchnął płaczem i wyszła na jaw prawdziwa przyczyna jego rozpacz: wyjaśnił, że jego dzieci, które zginęły jako niewinni męczennicy¹⁰, zostaną z pewnością uznane za godne najwyższego miejsca w Królestwie Bożym, którego to zaszczytu on sam, jako stary, grzeszny człowiek, nie miał prawa oczekiwać. Nie rezygnując, odparłem: – Rabbi, czy zatem naprawdę tak trudno dostrzec sens w tym, że przeżyłeś własne dzieci? Czy nie stało się tak abyś, gdy już po latach cierpienia zostaniesz oczyszczony, mógł również – choć nie tak niewinny jak twoje dzieci – stać się godnym tego, by dołączyć do nich w niebie? Czyż nie o tym mówią psalmy – że Bóg

przechowa wszystkie nasze łzy [11](#)? Może więc żadne z twych cierpień nie pójdzie na marne. –
Dzięki nowej perspektywie, którą udało mi się przed nim odsłonić, rabin ów po raz pierwszy od
wielu lat odnalazł ulgę w swoim cierpieniu.

PRZEJŚCIOWOŚĆ ŻYCIA

Wśród spraw, które zdają się odbierać ludzkiemu życiu sens, jest nie tylko cierpienie, ale również śmierć. Nigdy nie przestanę powtarzać, że jedynym przejściowym aspektem życia jest nasz potencjał, który z chwilą swego urzeczywistnienia staje się faktem; jako taki podlega wówczas ocaleniu i przeniesieniu w przeszłość, gdzie jest przechowywany i chroniony od wszelkiej przejściowości. W przeszłości bowiem nic nie jest bezpowrotnie utracone, lecz wszystko zostaje zachowane w sposób nieodwołalny.

Tak więc przejściowość naszej egzystencji w żaden sposób nie czyni jej bezsensowną; przeciwnie, składa się na naszą odpowiedzialność, jako że wszystko obraca się wokół uświadomienia sobie naszych w swej istocie przejściowych możliwości. Człowiek nieustannie dokonuje wyborów w zakresie jawiących mu się niezliczonych potencjałów; które z nich będą skazane na niebyt, a które uda się urzeczywistnić? Który wybór zostanie przekuty na fakt, na zawsze i na wieczność, stając się nieśmiertelnym „śladem stopy na piasku czasu”? W każdej chwili jesteśmy zmuszeni decydować, na dobre i na złe, co stanie się pomnikiem naszej egzystencji.

Rzecz jasna, człowiek dostrzega zazwyczaj wyłącznie ściernisko przejściowości, nie zauważając wypełnionych po brzegi spichrzów przeszłości, w których na wieki złożył swoje uczynki, radości, a także cierpienia. Nic już nie można odwrócić i niczego wymazać. Ośmielę się wręcz stwierdzić, że to, kim byliśmy, jest najpewniejszą formą bytu.

Logoterapia, doceniając rolę przejściowości ludzkiej egzystencji, nie jest w swej istocie pesymistyczna, lecz raczej aktywistyczna. Chcąc wyrazić to bardziej obrazowo, można by pokusić się o następujące porównanie: pesymista przypomina człowieka, który z lękiem i smutkiem obserwuje, jak wiszący na ścianie kalendarz, z którego codziennie zdiera kolejną kartkę, z każdym dniem staje się coraz cieńszy. Z drugiej zaś strony ktoś, kto aktywnie stawia czoła życiowym problemom, jest jak człowiek, który zrywa kolejną kartkę z kalendarza, a następnie z pietysmem odkłada ją do teczki, gdzie przechowuje już inne, sporządziwszy uprzednio na odwrócenie krótką notatkę o charakterze wpisu do dziennika. Taki człowiek może z dumą i radością myśleć o wielkim bogactwie ukrytym w swoich zapiskach, podobnie jak o całym swym życiu, które w pełni przeżył. Czy ktoś taki przejmie się pierwszymi oznakami starości? Czy będzie miał powód, aby zazdrościć młodszemu od siebie lub snuć nostalgiczne wspomnienia o własnej utraconej młodości? Jakż się miałby powód, aby zazdrościć młodszemu człowiekowi? Miałby zazdrościć mu możliwości, a może czekającej go przyszłości? – Nie, dziękuję – pomyśli ktoś taki.

– Zamiast nowych możliwości mam w swoim skarbcu konkretne dokonania, nie tylko rzeczywistość wykonanej pracy i przeżytej miłości, ale również cierpienia, które zniosłem z odwagą. Powiem więcej: to z moich cierpień jestem najbardziej dumny, choć nie jest to coś, czego inni mogliby mi zazdrościć.

TECHNIKI LOGOTERAPII

Realnego lęku, na przykład lęku przed śmiercią, nie sposób uspokoić za pomocą psychodynamicznej interpretacji; z drugiej strony, lęku o podłożu nerwicowym, jak agorafobia, nie można wyleczyć dzięki analizie filozoficznej. Logoterapia wypracowała jednak specjalną technikę, która sprawdza się również w takich przypadkach. Aby dokładnie zrozumieć zjawiska zachodzące w trakcie jej stosowania, przyjmijmy za punkt wyjściowy zaburzenie, na które często skarżą się osoby neurotyczne, a mianowicie lęk antycypacyjny. Cechą charakterystyczną tego lęku jest to, że wywołuje on dokładnie ten skutek, którego pacjent się obawia. Na przykład osoba, która obawia się, że wszedłszy do dużego pomieszczenia pełnego ludzi zacznie się czerwienić, rzeczywiście ma większe szanse zaczerwienić się w podobnych okolicznościach. W tym kontekście można by sparafrazować powiedzenie „życzenie jest ojcem myśli” i stwierdzić, że „lęk jest matką zdarzenia”.

Jak na ironię, tak jak lęk prowokuje urzeczywistnienie tego, czego się najbardziej obawiamy, tak przesadna intencja uniemożliwia spełnienie tego, czego najbardziej pragniemy. Owo przesadne pragnienie lub „hiperintencja”, jak je nazywam, występuje szczególnie w przypadkach nerwic seksualnych. Im bardziej mężczyzna stara się wykazać swoją seksualną potencję, a kobieta zdolnością przeżywania orgazmu, tym mniejsze są ich szanse na powodzenie. Przyjemność jest jedynie – i tak musi pozostać – efektem lub produktem ubocznym ludzkich działań i jest hamowana lub wręcz niszczona w takim samym stopniu, w jakim czyni się z niej cel sam w sobie.

Obok opisanego powyżej zjawiska hiperintencji, innym patogenicznym (to znaczy: prowadzącym do choroby) czynnikiem może być przesadna koncentracja na tym, co pragniemy osiągnąć, którą w logoterapii nazywamy hiperrefleksją. Poniższy raport kliniczny wyjaśni szerzej to zjawisko. Pewnego razu zgłosiła się do mnie młoda kobieta uskarżająca się na oziębłość seksualną. Z wywiadu wynikało, że w dzieciństwie była seksualnie wykorzystywana przez swojego ojca. Jednak wbrew temu, czego można by się spodziewać, owo traumatyczne przeżycie z dzieciństwa samo w sobie nie było przyczyną jej seksualnej nerwicy. Okazało się bowiem, że zaczytując się w popularnych wydawnictwach z dziedziny psychoanalizy, pacjentka raz za razem doświadczała lęku przed nieuniknionymi skutkami swojej traumy z przeszłości. Ów lęk antycypacyjny zaowocował zarówno przesadnym dążeniem do potwierdzenia własnej kobiecości, jak również skupianiem przesadnej uwagi na sobie, zamiast na partnerze. To wystarczyło, aby uniemożliwić pacjentce przeżywanie rozkoszy seksualnej, orgazm

stał się dla niej bowiem jednocześnie obiektem intencji oraz koncentracji, zamiast być wyłącznie niezamierzonym efektem niepodlegającego refleksji uczucia i oddania się partnerowi. Po odbyciu krótkoterminowej terapii hiperintencja pacjentki oraz jej przesadna koncentracja na zdolności przeżywania orgazmu uległy derefleksji, aby użyć innego terminu stosowanego w logoterapii. Po skierowaniu jej uwagi na właściwy obiekt, to jest partnera, zdolność przeżywania orgazmu powróciła w sposób samoistny [12](#).

Inna technika logoterapii, zwana intencją paradoksalną, powstała na podstawie założenia, iż, po pierwsze, lęk powoduje urzeczywistnienie naszych obaw, a po drugie, hiperintencja uniemożliwia realizację naszych zamierzeń. Istotę intencji paradoksalnej opisałem po niemiecku już w 1939 roku [13](#). Technika ta polega na nakłonieniu cierpiącego na fobię pacjenta, aby ten zapragnął – choćby na krótką chwilę – dokładnie tego, czego się najbardziej boi.

Przytoczę w tym miejscu konkretny przykład. Pewien młody lekarz poradził się mnie kiedyś w kwestii swego lęku przed poceniem. Za każdym razem, gdy obawiał się, że może się spocić, jego lęk antycypacyjny wystarczył, aby wywołać obfite poty. Pragnąc przerwać to nerwicowe błędne koło, poradziłem pacjentowi, aby w sytuacjach, w których normalnie się pocił, spróbował świadomie pokazać otoczeniu, jak bardzo potrafi się spocić. Kiedy po tygodniu zgłosił się do mnie na kolejną konsultację, wyznał, że ilekroć spotykał kogoś, kto wywoływał w nim lęk antycypacyjny, mówił sobie w duchu: „Poprzednim razem wypociłem z siebie niecały litr – teraz niech to będzie przynajmniej dziesięć litrów!”. W rezultacie po zaledwie jednej sesji człowiek, który od czterech lat cierpiał z powodu swojej fobii, był w stanie w ciągu tygodnia wyzwoić się z niej na stałe.

Czytelnik zauważył zapewne, że powyższa technika polega na „odwróceniu” nastawienia pacjenta w taki sposób, by miejsce lęku zajęło paradoksalne pragnienie. Tym samym ów lęk przestaje być podsycany i zanika.

Technika ta wymaga jednak odwołania się do typowo ludzkiej umiejętności autodystansu, którego nieodłącznym elementem jest poczucie humoru. Owa podstawowa umiejętność dystansowania się od siebie samego mobilizowana jest przy każdorazowym zastosowaniu logoterapeutycznej techniki zwanej intencją paradoksalną. Jednocześnie pacjent ma możliwość zdystansowania się od własnych lęków i natręctw. Gordon W. Allport w swojej książce *The Individual and His Religion* przedstawia następującą myśl: „Neurotyk, który nauczy się śmiać z samego siebie, jest na dobrej drodze do tego, aby sobie pomóc, a nawet zostać całkowicie wyleczonym” [14](#). Intencja paradoksalna to nic innego, jak empiryczne potwierdzenie i kliniczne zastosowanie twierdzenia Allporta.

Być może kilka zaczerpniętych z mojej praktyki przykładów pozwoli lepiej wyjaśnić działanie powyższej techniki. Jednym z moich pacjentów był księgowy, w przeszłości bez powodzenia

leczony przez wielu terapeutów w kilku różnych klinikach. Człowiek ten trafił na mój oddział w stanie skrajnej depresji; przyznawał, że jest bliski odebrania sobie życia. Od kilku lat cierpiał na dystonię dłoni; z czasem jej objawy do tego stopnia się nasiliły, że groziła mu utrata pracy. W tej sytuacji pomoc mu mogła jedynie terapia krótkoterminowa. W początkowej fazie leczenia doktor Ewa Kozdera poleciła pacjentowi, aby postępował odąd dokładnie na odwrót niż zazwyczaj, a mianowicie, aby zamiast starać się pisać starannie i jak najbardziej czytelnie, bazgrał najgorzej, jak tylko potrafi. Poradziła mu także, żeby powtarzał sobie przy tym w duchu: „Nareszcie wszystkim pokażę, jak wspaniale gryzmolę!”. Gdy tylko pacjent spróbował celowo pisać niestarannie, natychmiast okazało się, że nie jest w stanie tego zrobić. – Usiłowałem bazgrać, ale zwyczajnie nie potrafiłem – wyznał nam nazajutrz. W ten oto sposób w ciągu czterdziestu ośmiu godzin pacjent pozbył się dystonii, której objawy nie powróciły również podczas zastosowanej po leczeniu obserwacji. Obecnie człowiek ten jest znów szczęśliwy i w pełni zdolny do pracy.

Podobny przypadek, dotyczący jednakraczej mówienia niż pisania, został mi zrelacjonowany przez kolegę z oddziału laryngologicznego Wiedeńskiej Polikliniki. Chodziło o przypadek szczególnie zaawansowanego jąkania, z którym spotkał się kiedyś w swojej wieloletniej praktyce. Jąkający się pacjent nie pamiętał, aby kiedykolwiek w życiu, choćby przez chwilę, nie cierpiał na zaburzenia mowy – z jednym jedynym wyjątkiem. Miał wówczas dwanaście lat i jechał na gapę tramwajem. Przylapany przez konduktora uznał, że jedynym sposobem wyjścia z tarapatów będzie wzbudzenie w mężczyźnie litości; spróbował więc udowodnić, że jest tylko biednym jąkałą. Jednak w chwili, gdy świadomie usiłował się jąkać, po prostu nie był w stanie tego zrobić. Tym samym w niezamierzony sposób posłużył się – choć nie w celach terapeutycznych – techniką intencji paradoksalnej.

Na podstawie powyższych omówień nie należy jednak formułować wniosku, że technika intencji paradoksalnej sprawdza się wyłącznie w jednoobjawowych przypadkach. Dzięki tej logoterapeutycznej metodzie mój personel w Wiedeńskiej Poliklinice przynosił ulgę nawet pacjentom cierpiącym na długotrwałe zaburzenia obsesyjno-kompulsywne o szczególnym nasileniu. Myślę tu między innymi o przypadku pewnej sześćdziesięcioletniej kobiety, która przez sześćdziesiąt lat swojego życia cierpiała na kompulsywny przymus mycia się. Doktor Ewa Kozdera rozpoczęła z nią logoterapię właśnie od techniki intencji paradoksalnej, a po dwóch miesiącach pacjentka była już w stanie wieść normalne życie. Przed przyjęciem na oddział neurologiczny Wiedeńskiej Polikliniki kobieta ta wyznała: „Moje życie to piekło”. Upośledzona przez swoje natręctwo i obsesyjną bakteriofobię, całe dni spędzała w łóżku niezdolna zajmować się domem. Przesadą byłoby twierdzić, że obecnie wyzwoliła się ze wszystkich objawów, ponieważ nadal zdarza jej się doświadczać obsesyjnego myślenia. Potrafi jednak „na ten temat

żartować”, jaksama mówi – czyli, innymi słowy, stosować technikę intencji paradoksalnej.

Technika intencji paradoksalnej może mieć także zastosowanie w przypadkach zaburzeń snu. Lęk przed bezsennością [15](#) powoduje hiperintencję, a więc przesadne dążenie do tego, aby zasnąć, uniemożliwiająca pacjentowi realizację tego zadania. Próbując pokonać ten konkretny lęk, zazwyczaj radzę pacjentowi, aby nie starał się zasnąć, lecz robił coś dokładnie przeciwnego, a mianowicie usiłował za wszelką cenę nie zapaść w sen. Innymi słowy, hiperintencja ukierunkowana na zaśnięcie, wynikająca z antycypacyjnego lęku przed bezsennością, musi zostać zastąpiona przez intencję paradoksalną, to znaczy dążenie do tego, aby nie zasnąć, którego rezultatem będzie szybko zapadnięcie w sen.

Intencja paradoksalna nie stanowi panaceum na wszystkie problemy, jest jednak użytecznym narzędziem w leczeniu zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych oraz fobii, szczególnie tych, których podłożem jest lęk antycypacyjny. Co więcej, jest to technika terapii krótkoterminowej. Nie należy jednak automatycznie zakładać, że ta krótkoterminowa terapia przynosi krótkotrwały efekt terapeutyczny. Żeby zacytować zmarłego Emila A. Gutheila, jedną z „najbardziej popularnych iluzji freudowskiej ortodoksji” jest przekonanie, iż „trwałość skutków terapii odpowiada długości jej trwania” [16](#). W moim archiwum znajduje się na przykład opis przypadku pacjenta poddanego przed ponad dwudziestu laty leczeniu techniką intencji paradoksalnej; mimo to efekt terapeutyczny okazał się trwały.

Na szczególne podkreślenie zasługuje fakt, że intencja paradoksalna odnosi skutek bez względu na etiologię konkretnego przypadku. Obserwacja ta potwierdza pewne stwierdzenie, poczynione przed laty przez Edith Weisskopf-Joelson: „Wbrew temu, co proponuje tradycyjna psychoterapia, w której wszelkie praktyki terapeutyczne muszą mieć oparcie w wywiadzie potwierdzającym czynniki etiologiczne, zdarza się wszakże, że inne czynniki mogą we wczesnym dzieciństwie stać się przyczyną nerwicy, a zupełnie inne przynieść pacjentowi ulgę w wieku dojrzałym” [17](#).

Jeśli chodzi o faktyczną etiologię zaburzeń nerwicowych, to obok czynników endogennych, zarówno tych o charakterze somatycznym, jak i psychicznym, głównym czynnikiem patogenicznym wydaje się być mechanizm sprzężenia zwrotnego w postaci lęku antycypacyjnego. Reakcją na dany symptom jest fobia, która z kolei wywołuje ten sam symptom, on zaś wzmacnia fobię. Podobny łańcuch wzajemnie zależnych zdarzeń można jednak zaobserwować również w przypadku zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych, gdzie pacjent znaga się z dręczącymi go natrętnymi ideami [18](#). Tym samym wzmacnia ich destrukcyjną moc, jako że stały nacisk równoważony jest przez kontrnaciski i dany objaw ponownie ulega wzmocnieniu! Z drugiej strony, z chwilą, gdy pacjent przestanie walczyć ze swoją obsesją, a zamiast tego spróbuje ją wyśmiać, podchodząc do problemu w sposób ironiczny – to znaczy stosując technikę

intencji paradoksalnej – „błędne koło” zostaje przerwane i konkretny symptom ulega osłabieniu, a wreszcie całkowitej atrofii. W tych szczęśliwych przypadkach, gdy nie mamy do czynienia z egzystencjalną pustką, która „przyciąga” i stymuluje dany symptom, pacjent nie tylko ma wszelkie szanse, aby ośmieszyć swój neurotyczny lęk, ale również móc całkowicie go ignorować.

Jak widać, lęk antycypacyjny musi zostać zrównoważony przez intencję paradoksalną, a hiperintencji oraz hiperrefleksji musi być przeciwstawiona derefleksja; ta ostatnia jest jednak możliwa tylko wtedy, gdy dojdzie do ukierunkowania pacjenta na konkretne życiowe powołanie czy misję [19](#).

„Błędne koło” schematów psychologicznych nie ulega bowiem przerwaniu za sprawą egocentryzmu neurotycznej jednostki, wyrażanego w formie litości czy pogardy dla samego siebie – warunkiem uzdrowienia jest samotranscendencja!

MASOWA NERWICA

Każda epoka przeżywa własny rodzaj masowej nerwicy i każda epoka potrzebuje innego rodzaju psychoterapii, aby z nią walczyć. Egzystencjalna pustka, która jest przejawem masowej nerwicy naszych czasów, może być zdefiniowana jako osobista i indywidualna forma nihilizmu; nihilizm zaś może być rozumiany jako twierdzenie, iż byt jest pozbawiony sensu. Psychoterapia jednak nigdy nie będzie w stanie rozwiązać tego problemu na masową skalę, o ile nie będzie wolna od wpływu współczesnych trendów filozofii nihilistycznej; w przeciwnym razie zamiast być lekarstwem, sama stanie się przejawem masowej nerwicy. W takiej sytuacji psychoterapia nie tylko odzwierciedlałaby założenia filozofii nihilistycznej, ale również – choć mimowolnie i niechętnie – przekazywałaby pacjentowi karykaturalny, nieprawdziwy obraz człowieka.

Zagrożenie kryje się przede wszystkim w nihilistycznym nauczaniu, zgodnie z którym człowiek jest niczym więcej, jak tylko wypadkową biologicznych, psychologicznych i socjologicznych uwarunkowań, ewentualnie produktem teorii dziedziczności i swego otoczenia. Taka wizja człowieka każe neurotykowi wierzyć w to, w co i tak byłby skłonny uwierzyć, a mianowicie, że jest tylko pionkiem i ofiarą zewnętrznych wpływów lub wewnętrznych okoliczności. Tego rodzaju neurotyczny fatalizm jest rozwijany i wzmacniany przez psychoterapię kwestionującą fakt wolności człowieka.

Człowiek jest niewątpliwie istotą skończoną, a jego wolność jest ograniczona. Nie jest to, co prawda, wolność od uwarunkowań, lecz wolność zajmowania konkretnego stanowiska w obliczu tychże. Ująłem to kiedyś w następujący sposób: „Jako profesor dwóch dziedzin nauki – neurologii i psychiatrii – jestem w pełni świadom tego, do jakiego stopnia człowiek bywa uwarunkowany przez czynniki biologiczne, psychologiczne i socjologiczne. Ale poza tym, że jestem profesorem dwóch dziedzin nauki, jestem także byłym więźniem ocalałym z czterech obozów – obozów koncentracyjnych – i jako taki mogę zaświadczyć, w jak zdumiewającym stopniu człowiek jest zdolny pokonywać okoliczności najgorsze z możliwych i z jaką odwagą potrafi stawiać im czoła” [20](#).

KRYTYKA PANDETERMINIZMU

Psychoanaliza bywa często obwiniana o tak zwany pansensualizm. Osobiście wątpię, aby ta krytyka kiedykolwiek była uzasadniona. Jest jednak w psychoanalizie coś, co wydaje mi się o wiele bardziej błędnym i groźnym założeniem, a mianowicie to, co sam nazwałem pandeterminizmem. Przez to pojęcie rozumiem takie widzenie człowieka, które odmawia mu zdolności zajmowania zdecydowanego stanowiska w dowolnych okolicznościach. Człowiek nie podlega całkowicie zewnętrznemu warunkowaniu i zewnętrznym wpływom, lecz sam świadomie decyduje, czy ulec danym okolicznościom, czy im się przeciwstawić. Innymi słowy, ma nieograniczoną wolność samookreślenia się. Nie tylko istnieje, ale nieustannie kształtuje swoją egzystencję, determinując to, kim w danej chwili jest i kim będzie w następnym momencie.

Tym samym każda ludzka istota ma wolność stałej przemiany. Możemy zatem przewidzieć własną przyszłość wyłącznie w bardzo ogólnych ramach podyktowanych przez badania statystyczne dotyczące całej grupy ludzi; nasz indywidualny charakter pozostaje jednak zasadniczo nieprzewidywalny. Podstawą jakichkolwiek prognoz muszą być w tej sytuacji uwarunkowania biologiczne, psychologiczne lub socjologiczne. Jednak jedną z głównych cech ludzkiej natury jest umiejętność wznoszenia się ponad owe uwarunkowania i sięgania poza nie. Człowiek zdolny jest zmienić świat na lepsze tylko wtedy, gdy jest to możliwe, może natomiast zmieniać siebie na lepsze zawsze, gdy tylko jest to konieczne.

Pozwolę sobie opisać w tym miejscu historię doktora J. Poza nim nie spotkałem w swoim życiu nikogo, kogo ośmieliłbym się nazwać mefistofelesowską, iście szatańską postacią. W swoim czasie nazywano go zbrodniarzem ze Steinhof (chodzi o znany szpital psychiatryczny w Wiedniu). Gdy nazisci rozpoczęli tam planową eutanazję, to on pociągał za wszystkie sznurki i był tak fanatycznie oddany swojej pracy, że starał się nie dopuścić, by choć jeden psychicznie chory uszedł śmierci w komorze gazowej. Gdy po wojnie wróciłem do Wiednia, zapytałem znajomych, co stało się z owym doktorem J. – Rosjanie uwięzili go w jednej z izolatek w Steinhof – usłyszałem. – Nazajutrz jednak okazało się, że drzwi jego więzienia stoją otworem, on sam zaś przepadł i ślad po nim zaginął. – Byłem wówczas przekonany, że, podobnie jak inni, doktor J. z pomocą swoich kamratów zdołał przedostać się do Ameryki Południowej. Jednak całkiem niedawno zgłosił się do mnie pewien były austriacki dyplomata przez wiele lat więziony za żelazną kurtyną, najpierw na Syberii, a następnie na słynnej moskiewskiej Łubiance. Podczas badania neurologicznego mój pacjent niespodziewanie zapytał mnie, czy przypadkiem nie znam doktora J. Gdy potwierdziłem, odparł: – Poznałem go na Łubiance. Umarł tam w wieku około

czterdziestu lat na raka pęcherza moczowego. Zanim jednak umarł, dał się poznać jako najlepszy towarzysz niedoli, jakiego można sobie wymarzyć! Wszystkim niósł słowa pociechy. Swoim zachowaniem dorównał najwyższym moralnym standardom. Był najlepszym przyjacielem, jakiego spotkałem podczas wielu lat mego pobytu w niewoli!

Tak oto kończy się historia doktora J., „zbrodniarza ze Steinhof”. Jakie wobec tego mamy prawo, aby przesądzać o przyszłym postępowaniu człowieka? Możemy przewidzieć posunięcia maszyny czy automatu, możemy też pokusić się o próbę przewidzenia mechanizmów działania czy „dynamiki” ludzkiej psychy. Lecz człowiek to coś więcej niż psychy.

Wolność nie jest jednak ostatnim słowem. Wolność stanowi jedynie część historii i tylko połowę prawdy. Wolność to nic innego, jak negatywny aspekt zjawiska, którego pozytywnym aspektem jest odpowiedzialność. Wolności grozi wręcz degeneracja w zwykłą arbitralność, o ile nie będzie przeżywana w kategoriach odpowiedzialności. Dlatego właśnie proponuję, aby Statui Wolności na Wschodnim Wybrzeżu przeciwstawić Statuę Odpowiedzialności na Wybrzeżu Zachodnim.

MOJE PSYCHIATRYCZNE CREDO

Nie wyobrażam sobie takiej sytuacji ani okoliczności, w której człowiek nie miałby choćby najmniejszej swobody działania. A zatem swoboda wyboru, jakkolwiekby była ograniczona, jest jednak dana nawet cierpiącym na zaburzenia nerwicowe czy psychotyczne. Więcej, najbardziej wewnętrzny ośrodek osobowości pacjenta pozostaje wręcz nietknięty przez psychozę.

Osoba cierpiąca na nieuleczalne zaburzenia psychotyczne może utracić zdolność normalnego funkcjonowania, ale zachować godność istoty ludzkiej. Tak oto, ni mniej, ni więcej, brzmi moje psychiatryczne credo. Gdybym je kwestionował, nie uważałbym swej pracy za wartą zachodu. O co bowiem miałbym wówczas walczyć? O uszkodzony niczym maszyna mózg, którego nie sposób naprawić? Gdyby pacjent nie był kimś więcej – o wiele więcej – eutanazja byłaby rzeczywiście czymś uzasadnionym.

PSYCHIATRIA REHUMANIZOWANA

Od bardzo długiego czasu – a dokładnie od półwiecza – psychiatria chce wiedzieć w ludzkim umyśle mechanizm i, co za tym idzie, rozpatruje leczenie chorób psychicznych w kategoriach techniki. Według mnie ten sen właśnie się prześnił. Tym, co obecnie widnieje na horyzoncie, nie są zarysy „psychologizowanej” medycyny, lecz raczej humanizowanej psychiatrii.

Jednak każdy lekarz, który obstaje przy odgrywaniu roli technika, powie mi, że w pacjencie widzi wyłącznie maszynę, a nie ukrytego pod maską człowieka!

Istota ludzka nie jest rzeczą taką, jakich wiele; rzeczy determinują się nawzajem, podczas gdy człowiek ma nieskończoną zdolność samookreślenia. To, kim się staje – w granicach wyznaczonych mu przez otoczenie oraz przyrodzone możliwości – zawdzięcza tylko sobie samemu. Przykład? W obozach koncentracyjnych, na tym żywym laboratorium i polu doświadczalnym, obserwowaliśmy i byliśmy świadkami tego, jak wielu z naszych towarzyszy zachowywało się jak świnie, podczas gdy inni postępowali niczym święci. Człowiek ma możliwość wyboru każdej z tych postaw; to, którą z nich urzeczywistni, zależy wyłącznie od jego osobistej decyzji, a nie od okoliczności.

Nasze pokolenie cechuje realizm, ponieważ mieliśmy okazję przekonać się, jaki naprawdę jest człowiek. Jest on wszak istotą, która skonstruowała komory gazowe w Auschwitz, a zarazem tą samą istotą, która wchodziła do owych komór z podniesioną głową i modlitwą Pańską – Szema Jisrael – na ustach.

POSTSCRIPTUM 1984

Obrona tragicznego optymizmu²¹

Pamięci Edith Weisskopf-Joelson, która już w 1955 roku podjęła w Stanach Zjednoczonych pionierskie wysiłki w zakresie logoterapii i której wkład w tę dziedzinę pozostaje nieoceniony.

W pierwszej kolejności zadajmy sobie pytanie, co właściwie należy rozumieć przez „tragiczny optymizm”. Mówiąc najprościej, chodzi o to, że człowiek jest i pozostaje optymistą na przekór „tragicznej trójcy”, jak nazywa ją logoterapia, trójcy, na którą składają się aspekty ludzkiej egzystencji wyznaczane przez: (1) ból, (2) winę i (3) śmierć. Niniejszy rozdział spróbuje odpowiedzieć na pytanie: jak to możliwe, że mimo wszystko mówimy życiu tak? W jaki sposób – ujmując to nieco inaczej – życie może zachować swój potencjalny sens na przekór owym tragicznym aspektom? Ostatecznie „mówienie życiu tak na przekór wszystkiemu”, aby posłużyć się myślą zawartą w tytule jednej z moich niemieckich książek, zakłada, że życie zachowuje swój potencjalny sens w każdych okolicznościach, nawet tych najbardziej nieznosnych. To z kolei sugeruje, że człowiek ma zdolność do kreatywnego przekuwania negatywnych stron życia na coś pozytywnego i konstruktywnego. Innymi słowy, liczy się przede wszystkim to, aby jak najlepiej wykorzystać daną sytuację. „Jak najlepiej” równa się jednak temu, co po łacinie wyrażamy słowem optimum – stąd też mowa o tragicznym optymizmie, to jest optymizmie w obliczu tragedii oraz w kontekście ludzkiego potencjału, który w swym najpełniejszym wymiarze jest w stanie: (1) zmienić cierpienie w sukces i osiągnięcie człowieka, (2) w winie odnaleźć szansę przemiany na lepsze oraz (3) w przejściowości życia dostrzec motywację do odpowiedzialnych działań.

Nie należy jednak zapominać, że optymizm nie jest czymś, czym da się sterować lub co pojawia się na zawołanie. Nie można też zmusić się do bezkrytycznego optymizmu wbrew wszelkim okolicznościom i nadziei. Wszystko zaś, co dotyczy nadziei, jest również prawdą w przypadku dwóch pozostałych elementów naszej „trójcy”, jak że ani wiara, ani miłość nie poddają się ludzkim rozkazom.

W oczach Europejczyka cechą charakterystyczną kultury amerykańskiej jest nieustanne zmuszanie jednostki do tego, aby była szczęśliwa. Szczęścia nie można bowiem zdobyć, musi ono z czegoś wynikać. Człowiek musi mieć powód, aby być szczęśliwym. Gdy jednak takowy odnajduje, automatycznie doświadcza szczęścia. Jak widać, istoty ludzkie nie gonią ze szczęściem jako takim, lecz szukają powodu, dzięki któremu staną się szczęśliwe. Powód ten możemy odnaleźć, między innymi urzeczywistniając potencjalny sens nieodłącznie obecny, choć często na pierwszy rzut oka, niewidoczny, w każdej życiowej sytuacji.

Owa potrzeba „powodu szczęścia” przypomina inne typowo ludzkie zjawisko, jakim jest śmiech. Chcąc, aby ktoś się roześmiał, musimy dać mu do tego powód, na przykład opowiedzieć dowcip. Niemożliwe jest wywołanie u kogoś śmiechu na siłę, podobnie jak nie można nikogo nakłonić, aby sam zmusił się do śmiechu. Przypominałoby to sytuację, w której ustawia się ludzi przed obiektywem aparatu i każe im się uśmiechać po to tylko, by po wywołaniu zdjęcia przekonać się, że ich twarze zastygły w nienaturalnym grymasie.

W logoterapii podobny schemat zachowania nazywany jest hiperintencją i jest jednym z ważniejszych czynników leżących u podstaw nerwic seksualnych, od oziębłości po impotencję. Im bardziej pacjent świadomie dąży do orgazmu, zamiast zapomnieć się w akcie oddania partnerowi, tym większe szanse, że jego pogoń za rozkoszą seksualną przyniesie wręcz odwrotny skutek. W tym przypadku to, co bywa często nazywane zasadą przyjemności, okazuje się być raczej przeszkodą na drodze do celu.

Człowiek, którego poszukiwania sensu zostaną zwieńczone sukcesem, nie tylko staje się szczęśliwy, ale także zdobywa umiejętność radzenia sobie z cierpieniem. A co się dzieje w przypadku, gdy poszukiwania te okazują się daremne? Taki stan rzeczy może mieć niezwykle poważne konsekwencje. Przypomnijmy chociażby, co często działo się z ludźmi w sytuacjach tak skrajnych jak pobyt w obozie jenieckim czy koncentracyjnym. Z opowiadań amerykańskich żołnierzy wiem, że w tych pierwszych najbardziej rozpowszechnioną postawą było – jaksami je nazywali – poddawactwo. W obozach koncentracyjnych postawa ta znajdowała swoje odbicie w zachowaniu tych z nas, którzy pewnego dnia, o piątej rano, nieoczekiwanie odmawiali wstania z pryczy i pójścia do pracy, aby pozostać w baraku i leżeć nieruchomo na słomie przesiąkniętej uryną i ekskrementami. Nic, ani ostrzeżenia, ani groźby, nie były w stanie ich przekonać, żeby zmienili zdanie. Potem zaś zwykłe wyciągali gdzieś z kieszeni ukrytego tam wcześniej papierosa i zaczęli palić. W takich chwilach mieliśmy już pewność, że w ciągu najbliższych czterdziestu ośmiu godzin będziemy świadkami ich śmierci. Ich wola poszukiwania sensu osłabła, a jej miejsce zajęło dążenie do natychmiastowej przyjemności.

Czyż nie przypomina to nam innego zjawiska, z którym mamy na co dzień do czynienia? Mam na myśli tych wszystkich młodych ludzi, którzy, na skalę światową, czują się przedstawicielami pokolenia „bez przyszłości”. Oni jednak nie uciekają się do papierosów, tylko do narkotyków.

W rzeczy samej problem narkotyków stanowi zaledwie jeden aspekt bardziej masowego fenomenu, jakim jest powszechne poczucie braku sensu wynikające z frustracji naszych potrzeb egzystencjalnych, która z kolei powszechnie dotyka uprzemysłowione społeczeństwa. Dziś już nie tylko logoterapeuci twierdzą, że poczucie braku sensu odgrywa coraz ważniejszą rolę w powstawaniu i rozwoju zaburzeń nerwicowych. Jak ujął to Irvin D. Yalom z Uniwersytetu Stanforda w swojej publikacji *Psychoterapia egzystencjalna*: „Spośród czterdzieścioro kolejnych

pacjentów, którzy zgłosili się do przychodni psychiatrycznej (...) dwunastu (30 procent) miało jakiś poważny problem związany z sensem (ustalony na podstawie oceny własnej, terapeutów i niezależnych sędziów)”²². Tysiące kilometrów dalej na wschód od Palo Alto sytuacja różni się zaledwie jednym procentem; z większości aktualnych, mających związek z tematem statystyk wynika, że aż 29 procent mieszkańców Wiednia skarży się obecnie na brak poczucia sensu życia.

Jeśli chodzi o przyczynę takiego stanu rzeczy, można by – rzecz jasna, nieco upraszczając – pokusić się o stwierdzenie, że współczesny człowiek ma za co żyć, ale nie ma po co żyć – ma środki, ale nie ma sensu. Bywają oczywiście sytuacje, gdy człowiekowi brakuje nawet środków do życia; myślę tu w szczególności o całej masie współczesnych bezrobotnych. Pięćdziesiąt lat temu opublikowałem pracę²³ poświęconą specyficznej odmianie depresji, jaką zdiagnozowałem u młodych pacjentów cierpiących na coś, co określiłem mianem nerwicy bezrobocia. Wykazałem wówczas, że źródłem tego rodzaju zaburzeń jest podwójna błędna identyfikacja: bezrobocie było postrzegane przez pacjentów jako równoznaczne z byciem beзуżytecznym, zaś bycie beзуżytecznym przyrównywano z kolei do prowadzenia życia pozbawionego sensu. W rezultacie za każdym razem, gdy tylko udało mi się przekonać takiego pacjenta, aby podjął wolontariat w organizacji młodzieżowej, instytucji zajmującej się kształceniem osób dorosłych, bibliotece publicznej etc. – innymi słowy, gdy tylko pacjent był w stanie wypełnić nadmiar wolnego czasu jakąś ochotniczą i mającą sens pracą – jego depresja ustępowała, nawet jeśli sytuacja materialna pacjenta nie ulegała zmianie i tak jak wcześniej odczuwał głód. Prawdą jest bowiem, że człowiek nie jest w stanie żyć wyłącznie z zasiłku.

Obok nerwicy bezrobocia, której przyczyną są problemy socjoekonomiczne jednostki, istnieją także inne odmiany depresji, mające swe korzenie w uwarunkowaniach psychodynamicznych albo biochemicznych. W zależności od tego zaleca się odpowiednio psychoterapię lub farmakoterapię. Jeśli jednak mowa o poczuciu bezsensu, nie należy zapominać, że samo w sobie nie stanowi ono patologii i według mnie nie powinno być traktowane jako zwiastun i przejaw nerwicy, ale jako dowód człowieczeństwa jednostki. Choć przyczyny jego nie są patologiczne, poczucie braku sensu może wywołać patologiczną reakcję i pod tym względem może być uważane za potencjalnie patogeniczne. Wystarczy wspomnieć zespół neurotyczny masowo dotyczący przedstawicieli młodego pokolenia; istnieją dostateczne empiryczne dowody na to, że trzy aspekty tego zespołu – a mianowicie depresja, agresja oraz uzależnienie – są wynikiem zjawiska, które w logoterapii nosi miano egzystencjalnej pustki, to znaczy poczucia wewnętrznej próżni i braku sensu.

To, że nie każdy przypadek depresji ma u swoich podstaw poczucie bezsensu, rozumie się samo przez się; podobnie nie każde samobójstwo – będące często wynikiem depresji – jest zawsze konsekwencją egzystencjalnej pustki. Lecz nawet gdyby samobójstwo nie wynikało z poczucia

bezsensu, można śmiało założyć, że impuls odebrania sobie życia zostałyby zapewne stłumiony, gdyby niedoszły samobójca był świadom istnienia w swoim życiu jakiegoś sensu i celu, dla którego warto żyć.

Skoro zatem silne ukierunkowanie na poszukiwanie sensu i celu w życiu odgrywa tak zasadniczą rolę w procesie zapobiegania samobójstwom, jak się ono ma do interweniowania w przypadkach, gdzie zachodzi obawa, że pacjent może odebrać sobie życie? Jako młody lekarz spędziłem cztery lata w największym publicznym szpitalu w Austrii; powierzono mi opiekę nad pawilonem, w którym przebywali pacjenci cierpiący na szczególnie zaawansowaną depresję – większość z nich trafiła tam zresztą po próbie samobójczej. Policzyłem kiedyś, że w ciągu owych czterech lat musiałem mieć do czynienia z dwunastoma tysiącami chorych. Zaowocowało to olbrzymim bogactwem doświadczeń, z którego to skarbcza wciąż korzystam za każdym razem, gdy stykam się z potencjalnym samobójcą. Powtarzam wówczas to, co raz za razem słyszałem z ust innych pacjentów, a mianowicie jak bardzo byli szczęśliwi, że ich próba odebrania sobie życia jednak się nie powiodła. Wiele tygodni, miesięcy czy lat później przekonywali się, że mimo wszystko istniało rozwiązanie ich problemów, istniała odpowiedź na dręczące ich pytania, a w ich życiu istniał sens. – Nawet jeśli tylko w jednym przypadku na tysiąc sprawy przybierają pozytywny obrót – wyjaśniam dalej – ktoś może zagwarantować, że prędzej czy później nie spotka to również i ciebie? Przede wszystkim jednak musisz żyć, aby móc się przekonać, że taki dzień nadejdzie. Musisz przetrwać, aby ujrzeć świt tego wspaniałego dnia. Od tej pory bierzesz na siebie odpowiedzialność za to, aby przeżyć.

W kontekście drugiego aspektu wspomnianego już występującego masowo zespołu nerwicowego – agresji – pozwolę sobie w tym miejscu przypomnieć eksperyment przeprowadzony kiedyś przez Carolyn Wood Sherif. Udało jej się w sposób sztuczny zaszczepić między grupami skautów wzajemną agresję; zaobserwowała ona następnie, że wrogość wygasła z chwilą, gdy chłopcy zaangażowali się w pracę, której przyświecał wspólny cel – w ich przypadku było to wyciąganie wspólnymi siłami z błota wozu, który dowoził do obozu żywność. Sens działania, jakie musieli wspólnie wykonać, nie tylko stanowił poważne wyzwanie, ale też natychmiast ich zjednoczył [24](#).

Jeśli zaś chodzi o trzeci problem, jakim jest uzależnienie, przychodzą mi na myśl potwierdzone obserwacjami klinicznymi i danymi statystycznymi wyniki pracy Annemarie von Forstmeyer; stwierdziła ona, że aż 90 procent przebadanych przez nią alkoholików traktowało swą egzystencję jako bezsensowną i bezcelową. Natomiast już 100 procent narkomanów badanych przez Stanleya Krippnera uważało, że ich życie „nie ma sensu” [25](#).

Powróćmy teraz do samej kwestii sensu życia. Na początek chciałbym wyjaśnić, że logoterapeuta zajmuje się przede wszystkim potencjalnym sensem ukrytym i stale obecnym

w każdej sytuacji, z jaką człowiekowi przychodzi się w życiu zmierzyć. Nie będę zatem omawiał w tym miejscu sensu ludzkiego życia jako takiego, choć nie zaprzeczam, że taki ogólny sens istnieje. Aby przywołać pewną analogię, wyobraźmy sobie film składający się z setek tysięcy pojedynczych ujęć, z których każda ma swoje znaczenie i przekazuje konkretny sens. Dopóki jednak nie zobaczymy ostatniego ujęcia, nie zdołamy ogarnąć znaczenia całego filmu. Nie zrozumiemy też całego filmu, jeśli najpierw nie zrozumiemy znaczenia każdej jego części składowej, każdego pojedynczego ujęcia. Czyż z naszym życiem nie jest tak samo? Czy pełny sens ludzkiego życia również nie objawia się nam – o ile w ogóle – dopiero u jego kresu, gdy stoimy już u progu śmierci? I czy ów ostateczny sens również nie zależy od tego, czy w każdej sytuacji, z jaką mieliśmy do czynienia, zgodnie z naszą najlepszą wiedzą i przekonaniami urzeczywistniony został jej potencjalny sens?

Pozostaje faktem, że z perspektywy logoterapii sens – i jego postrzeganie – to sprawa całkowicie przyziemna, a nie coś nieziemskiego i niedostępnego na podobieństwo wieży z kości słoniowej. Generalizując, umieściłbym poznanie sensu – osobistego znaczenia przypisywanego konkretnej sytuacji – w pół drogi między fenomenem „aha!”, opisanego przez Karla Bühlera, a teorią Gestalt autorstwa Maksa Wertheimera. Postrzeganie sensu różni się jednak tym od klasycznej koncepcji percepcji Gestalt, że podczas gdy ta ostatnia mówi o nagłym postrzeganiu „figury” wyłaniającej się z „tła”, w moim odczuciu postrzeganie sensu sprowadza się raczej do stopniowego uświadamiania sobie potencjalnej możliwości zarysowującej się na tle rzeczywistości lub – mówiąc najprościej – uświadamiania sobie tego, co można zrobić w danej sytuacji.

W jaki zaś sposób człowiek jest w stanie poszukiwać sensu? Jak powiedziała kiedyś Charlotte Bühler, „jedyne, co możemy zrobić, to badać życie ludzi, którzy najwyraźniej znaleźli odpowiedź na pytanie, o co tak naprawdę chodzi w życiu, i porównywać je z życiem tych, którym się to nie udało” ²⁶. Obok powyższego podejścia biograficznego równie skuteczne może być podejście biologiczne. Logoterapia uważa sumienie człowieka za coś na kształt suflera, który – jeśli zachodzi taka potrzeba – wskazuje kierunek, jaki powinniśmy obrać w danej sytuacji życiowej. Aby móc spełnić to zadanie, ludzkie sumienie musi przykładać tę samą miarę do każdej sytuacji, z jaką przyjdzie się nam zmierzyć, następnie zaś sytuacja ta musi być poddana ocenie w świetle ustalonych kryteriów i hierarchii wartości. Wartości te nie mogą być jednak przez nas przyjmowane i broniące w sposób świadomy, ponieważ odzwierciedlają to, czym jesteśmy. Na przestrzeni wieków, w wyniku ewolucji naszego gatunku, owe wartości uległy krystalizacji; znajdują oparcie w naszej biologicznej przeszłości i są głęboko zakorzenione w biologicznej naturze człowieka. Konrad Lorenz mógł mieć coś podobnego na myśli, kiedy stworzył koncepcję biologicznego *a priori* i gdy ostatnio dyskutowaliśmy wspólnie na temat mego własnego poglądu

na temat biologicznych podwalin procesu wartościowania, z entuzjazmem przyznał mi rację. Tak czy inaczej, jeśli możliwe jest przedrefleksyjne aksjologiczne rozumienie siebie przez człowieka, możemy założyć, że ma ono swoje korzenie w naszym biologicznym dziedzictwie.

Zgodnie z teorią logoterapii człowiek może odnaleźć w swoim życiu sens na trzy sposoby. Pierwsza droga wiedzie poprzez tworzenie dzieła i spełnianie czynu, druga – przez doświadczenie czegoś lub spotkanie kogoś. Innymi słowy, sens życia można odnaleźć nie tylko w pracy, ale również w miłości. W tym kontekście Edith Weisskopf-Joelson podkreśla, że logoterapeutyczna „konceptja mówiąca, że doświadczenie może być równie cenne jak dokonywanie osiągnięć, ma wartość terapeutyczną, ponieważ stanowi przeciwwagę dla naszej jednostronnej fascynacji zewnętrzną rzeczywistością osiągnięć kosztem wewnętrznej rzeczywistości doświadczenia” [27](#).

Najważniejsza jest jednak trzecia droga poszukiwania sensu; nawet bezbronna ofiara beznadziejnej sytuacji, stojąca w obliczu losu, którego nie sposób zmienić, może wznieść się ponad siebie, przerosnąć siebie i tym samym stać się innym człowiekiem. Ktoś taki może przemienić osobistą tragedię w triumf. W tym miejscu przywołam raz jeszcze cytowane już słowa Edith Weisskopf-Joelson, która wyraziła kiedyś nadzieję, iż logoterapia „może pomóc przeciwstawić się pewnym niezdrowym trendom obecnym w kulturze współczesnych Stanów Zjednoczonych, które praktycznie odbierają nieuleczalnemu cierpiącemu możliwość odczuwania dumy ze swego cierpienia i postrzegania go jako nobilitujące, a nie hańbiące”; w rezultacie „człowiek cierpiący jest nie tylko nieszczęśliwy, ale na dodatek wstydzi się własnego nieszczęścia”.

Przez ćwierć wieku kierowałem oddziałem neurologicznym dużego szpitala i wielokrotnie byłem świadkiem tego, jak moi pacjenci przekształcali swoje ciężkie położenie w osiągnięcia ludzkiego ducha. Poza tym czysto praktycznym doświadczeniem dysponuję także empirycznymi dowodami na to, że człowiek rzeczywiście może odnaleźć sens w cierpieniu. Badacze szkoły medycznej Uniwersytetu Yale „byli pod wrażeniem liczby jeńców wojennych, weteranów wojny w Wietnamie, którzy wprost twierdzili, że choć ich pobyt w niewoli był niezwykle stresującym przeżyciem – z uwagi na tortury, choroby, niedożywienie oraz izolację – niemniej odebrali go jako doświadczenie pozytywne, dostrzegając w nim okazję do duchowego rozwoju” [28](#).

Lecz najsilniejsze argumenty na rzecz „tragicznego optymizmu” należą do kategorii tych, które z łaciny nazywamy *argumenta ad hominem*. Jerry Long na przykład jest żywym świadectwem „niezmożonej potęgi ludzkiego ducha”, aby posłużyć się określeniem stosowanym w logoterapii [29](#). Cytuję za „Texarkana Gazette”: „Jerry Long jest sparaliżowany od szyi w dół od czasu wypadku samochodowego, który przed trzema laty spowodował u niego porażenie czterokończynowe. W chwili wypadku miał siedemnaście lat. Dzisiaj Long pisze, posługując się

specjalnym ustnikiem, a za pośrednictwem specjalnego telefonu „uczęszcza” na zajęcia do dwuletniego college’u. Interkom pozwala mu na jednocześnie przysłuchiwanie się oraz uczestniczenie w szkolnych dyskusjach. Wolny czas wypełnia mu czytanie, oglądanie telewizji oraz pisanie”. W liście, który od niego otrzymałem, Long pisze: „W swoim życiu dostrzegam obfitość sensu i celów. Postawa, jaką przyjąłem tamtego fatalnego dnia, stała się moim życiowym credo: zламаłem kark, ale to mnie nie złamało. Obecnie rozpoczynam pierwszy rok psychologii w college’u. Jestem przekonany, że moje fizyczne ograniczenia sprawią, iż będę mógł jeszcze lepiej pomagać innym. Wiem, że wewnętrzny rozwój, jakiego doświadczyłem, nie byłby możliwy bez cierpienia”.

Czy należy zatem rozumieć, że cierpienie jest niezbędnym warunkiem odnalezienia sensu? W żadnym wypadku. Pragnę jeszcze raz podkreślić, że odnalezienie sensu jest możliwe pomimo, a nawet wbrew cierpieniu, o ile – jak już zaznaczyłem w drugiej części niniejszej książki – cierpienie to jest nieuniknione. Jeżeli zaś można go unikać, sensownym działaniem będzie usunąć jego przyczynę, ponieważ przyjmowanie cierpienia, które nie jest konieczne, to raczej masochizm, a nie heroizm. Z drugiej strony, nawet gdy nie jesteśmy w stanie zmienić sytuacji powodującej cierpienie, wciąż możemy wybrać postawę, jaką względem niej zajmiemy [30](#). Jerry Long nie miał wpływu na to, co go spotkało, miał jednak wpływ na decyzję, aby się nie poddać i nie pozwolić, by go to złamało.

Jak widać, niezwykle ważną kwestią jest w takich przypadkach twórcza przemiana sytuacji powodującej nasze cierpienie. Jednak najważniejszą rzeczą pozostaje „umiejętność cierpienia”, jeśli zachodzi taka konieczność. Empiryczne dowody potwierdzają, że – dosłownie – „człowiek z ulicy” jest tego samego zdania. Niedawno austriackie organizacje badania opinii publicznej doniosły, że większość respondentów największym szacunkiem darzy nie wybitnych artystów, naukowców, mężów stanu czy sportowców, lecz tych, którzy z wysoko uniesioną głową potrafią zmagać się ze swoim ciężkim losem.

Co do drugiego elementu wspomnianej już „tragicznej trójcy”, jakim jest wina, chciałbym w tym miejscu odejść od pewnej teologicznej koncepcji, która zawsze mnie fascynowała. Mam na myśli tak zwane *mysterium iniquitatis* [31](#), przez które rozumiem to, iż w ostatecznym rozrachunku zbrodnia pozostaje niewytłumaczalna o tyle, że nie można w pełni odnaleźć jej biologicznych, psychologicznych oraz/lub socjologicznych korzeni. Całkowite wytłumaczenie danej zbrodni równałoby się usprawiedliwieniu winy zbrodniarza i uznaniu go za popsutą maszynę, a nie za istotę wolną i odpowiedzialną. Podobnemu traktowaniu sprzeciwiają się nawet sami przestępcy, którzy wolą być rozliczani ze swoich uczynków. Pewien więzień odsiadujący wyrok w zakładzie karnym w Illinois napisał kiedyś do mnie list, w którym ubolewał nad tym, że

„przestępca nigdy nie ma szansy wytłumaczenia się. Zamiast tego oferuje mu się szeroki wybór wymówek. Winą obarcza się za to społeczeństwo, a w wielu przypadkach nawet samą ofiarę”. Kiedy indziej, podczas wykładu dla skazanych w więzieniu San Quentin, zwróciłem się do nich tymi słowami: „Jesteście istotami ludzkimi, takimi samymi jak ja, i jako ludzie macie wolność popełniania zbrodni, wolność decydowania o tym, czy staniecie się winni. Teraz jednak jesteście odpowiedzialni za to, aby pokonać swą winę, wznieść się ponad nią, przerosnąć samych siebie i zmienić się na lepsze”. Moi słuchacze poczuli się wówczas zrozumiani ³². Z kolei były więzień, Frank E.W., przysłał mi krótki liścik, w którym informował, że rozpoczął „grupową logoterapię dla byłych skazańców. Jest nas dwudziestu siedmiu i coraz większej liczbie udaje się uniknąć recydywy dzięki wsparciu pozostałych członków grupy. Tylko jeden wrócił do więzienia – a i on jest teraz wolny” ³³.

Jeśli chodzi o koncepcję zbiorowej winy, jestem zdania, że jest czymś całkowicie nieuzasadnionym, aby jeden człowiek odpowiadał za zachowanie innej osoby lub grupy ludzi. Od końca drugiej wojny światowej wypowiadałem się publicznie przeciwko pojęciu zbiorowej odpowiedzialności ³⁴. Czasami jednak trzeba wielu dydaktycznych trików, aby odwieść ludzi od ich uprzedzeń. Pewna Amerykanka zarzuciła mi kiedyś: – Jak pan może wciąż wydawać książki w języku niemieckim, języku Adolfa Hitlera? – W odpowiedzi zapytałem ją, czy ma w swojej kuchni noże, a gdy potwierdziła, udałem szok i oburzenie i wykrzyknąłem: – Jak pani może wciąż używać noży, skoro tylu zbrodniarzy posługuje się nimi, aby ranić i zabijać swoje ofiary?! – Jej obiekty dotyczące pisania przeze mnie książek po niemiecku natychmiast zniknęły.

Trzeci element „tragicznej trójcy” dotyczy śmierci. Jednocześnie dotyczy również życia, jako że każda z chwil, które składają się na nasze życie, przemija i umiera w tym sensie, że nigdy już nie powróci. Czyż jednak owa przejściowość o czymś nam nie przypomina? Czyż nie stawia przed nami wyzwania, aby jak najlepiej wykorzystać każdą chwilę naszego życia? Na pewno tak i stąd mój logoterapeutyczny imperatyw brzmi: żyj tak, jakbyś żył po raz drugi, i tak, jakbyś za pierwszym razem postąpił równie niewłaściwie, jak zamierzasz postąpić teraz.

Nieodwracalność ludzkiego życia zdecydowanie wpływa na nasze szanse obrania właściwej drogi i możliwości wypełniania sensu. Dotyka zarazem samych szans i możliwości, ponieważ wykorzystując okazję, aby urzeczywistnić potencjalny sens danej sytuacji, robimy to w sposób nieodwracalny. Ocalamy ją tym samym dla przeszłości, w której znajdzie godne siebie miejsce. W przeszłości bowiem nic nie jest bezpowrotnie utracone, lecz utrwalone w sposób nieodwołalny i pieczołowicie przechowywane. Rzecz jasna, człowiek dostrzega zazwyczaj wyłącznie ściernisko przejściowości, nie zauważając wypełnionych po brzegi spichrzów przeszłości, w których

zgrupował plony swojego życia: dokonane czyny, przeżyte miłości, wreszcie cierpienia, które zniósł z odwagą i godnością.

Z powyższych rozważań wyraźnie wynika, że nie ma powodu litować się nad starymi ludźmi. Przeciwnie, młodzi powinni im raczej zazdrościć. To prawda, że na starszych nie czekają w przyszłości nowe możliwości i szanse. Mają jednak coś więcej – miejsce przyszłych możliwości zajęły rzeczywistości w przeszłości – wykorzystane szanse, wypełnione sensy, zrealizowane wartości – i nikt oraz nic nie zdoła im odebrać zgromadzonych w przeszłości skarbów.

Z uwagi na możliwość odnalezienia sensu w cierpieniu należałoby uznać sens życia za bezwarunkowy, przynajmniej potencjalnie. Jednakże ów bezwarunkowy sens znajduje swą analogię w bezwarunkowej wartości każdego człowieka. To ona gwarantuje niezaprzecalną jakość ludzkiej godności. Podobnie jak nasze życie ma swój potencjalny sens w każdym, nawet najbardziej tragicznych okolicznościach, tak też wartość każdego człowieka pozostaje dla niego prawdziwa, ma oparcie w wartościach urzeczywistnionych przez niego w przeszłości i nie zależy od stopnia użyteczności, jaką człowiek obecnie sobie przypisuje.

Mówiąc dokładniej, użyteczność ta jest zwykle definiowana w kategoriach funkcjonowania z pożytkiem dla społeczeństwa. Lecz współczesne społeczeństwo charakteryzuje pogoń za sukcesem; na powszechne uwielbienie zasługują w nim ci, którzy cieszą się powodzeniem i szczęściem, w szczególności zaś ludzie młodzi. Wartość wszystkich innych, którzy nie spełniają powyższych kryteriów, jest praktycznie ignorowana – w ten sposób zaciera się decydująca różnica między byciem człowiekiem wartościowym w sensie godności a byciem wartościowym w sensie użyteczności. Ktoś, kto nie jest świadomy owej różnicy i utrzymuje, jakoby wartość człowieka wypływała wyłącznie z jego aktualnej użyteczności, powinien też konsekwentnie – mówię całkiem poważnie – domagać się eutanazji w myśl hitlerowskiej zasady pozbawiania życia tych, którzy utracili swą przydatność dla społeczeństwa, czy to ze względu na zaawansowany wiek, nieuleczalną chorobę, umysłową demencję, czy jakiegokolwiek inne upośledzenie.

Mylenie ludzkiej godności ze zwykłą przydatnością jest wynikiem mylnej interpretacji pojęć, której źródłem jest z kolei współczesny nihilizm wpajany wielu z nas w salach uniwersyteckich i na kozetkach psychoanalityków. Tego rodzaju indoktrynacja może się nawet odbywać podczas treningu terapeutów. Z nihilizmu nie wynika, że niczego nie ma, tylko że wszystko jest pozbawione sensu. George A. Sargent miał słuszość, gdy ogłosił swoją koncepcję „wyuczonego poczucia bezsensu”. Sam wspominał własną rozmowę z terapeutą, który stwierdził: „George, musisz zrozumieć, że cały ten świat to jeden wielki żart. Nie ma sprawiedliwości, wszędzie panuje chaos. Dopiero gdy zdasz sobie z tego sprawę, zrozumiesz, jaką głupotą jest traktować siebie poważnie.

Wszechświat nie ma jakiegoś głębszego sensu. On po prostu jest. Decyzja, jaką dziś podejmiesz co do swojego postępowania, nie ma żadnego szczególnego znaczenia” [35](#).

Podobnej krytyki nie należy generalizować. Treningi są z zasady niezbędne, lecz mimo wszystko terapeuci powinni stawiać sobie za cel uodparnianie odbywających trening na nihilizm, zamiast zaszczepiać w nich cynizm stanowiący mechanizm obronny przeciw ich własnemu nihilizmowi.

Logoterapeuci mogą wręcz dostosować się do pewnych wymagań związanych z treningami i zdobywaniem licencji, stawianych przez inne szkoły psychoterapii. Innymi słowy zalecałbym, aby – jeśli zachodzi taka konieczność – wyć razem z wilkami, lecz jednocześnie być owcą w wilczej skórce. Nie ma potrzeby przeciwstawiać się podstawowej koncepcji człowieka oraz podstawom filozofii życiowej głoszonym w ramach logoterapii. Nietrudno zachować taką lojalność, jeśli weźmie się pod uwagę, że – jak słusznie zauważyła kiedyś Elisabeth S. Lukas – „w historii psychoterapii nie było nigdy szkoły równie niedogmatycznej, jak logoterapia” [36](#). Podczas Pierwszego Światowego Kongresu Logoterapii (który odbył się w dniach 6–8 listopada 1980 roku w San Diego w Kalifornii) apelowałem nie tylko o rehumanizację psychoterapii, ale również o coś, co określiłem mianem demitologizacji logoterapii. Moim celem nie jest hodowanie papug podrabiających „głos swego pana”, lecz przekazanie pochodni „niezależnym, pełnym inwencji, nowatorskim i kreatywnym duchom”.

Zygmunt Freud domagał się niegdyś: „Spróbujmy poddać kilku jak najbardziej zróżnicowanych osobników działaniu głodu. Wraz z nasilającym się imperatywem, jakim będzie dążenie do zaspokojenia głodu, indywidualne różnice między nimi zaczną się zacierać, a w ich miejsce pojawi się solidarne dawanie wyrazu tej samej niezaspokojonej potrzebie”. Co za szczęście, że Zygmuntowi Freudowi oszczędzona została konieczność poznania od wewnątrz rzeczywistości obozów koncentracyjnych! Jego pacjenci spoczywali na koczecie zaprojektowanej w luksusowym duchu kultury wiktoriańskiej, a nie w brudzie baraków Auschwitz. Tam jednak owe „indywidualne różnice” nie „zacierały się”, przeciwnie, w miarę upływu czasu ludzie coraz bardziej się od siebie różnili. Opadały maski, ukazując oblicza łajdaków i świętych. Obecnie nie należy się już wahać przed użyciem określenia „święci” – wystarczy wspomnieć postać ojca Maksymiliana Kolbe, który, skazany w Auschwitz na śmierć głodową, został ostatecznie dobity zastrzykiem kwasu karbolowego, a w 1983 roku kanonizowany.

Czytelnik może zarzucić mi, że powołuję się na przykłady stanowiące odstępstwo od reguły. „Sed omnia praeclara tam difficilia quam rara sunt” (Lecz wszystko, co wzniosłe, jest równie trudne, co rzadkie), czytamy w ostatnim zdaniu *Etyki* Spinozy. Można oczywiście zadać pytanie, czy naprawdę musimy odwoływać się aż do „świętych”. Czy nie wystarczyłoby po prostu

nazywać ich przyzwoitymi ludźmi? To prawda, że stanowią zdecydowaną mniejszość. Co więcej, zawsze nią pozostaną. A jednak właśnie w tym fakcie dostrzegam wyzwanie, aby dołączyć do owej mniejszości. Sytuacja na świecie jest bowiem fatalna, a będzie jeszcze gorsza, jeśli każdy z nas nie da z siebie wszystkiego.

Bądźmy zatem czujni – czujni w podwójnym sensie:

Od czasu Auschwitz przekonaliśmy się, do czego zdolny jest człowiek

Od czasu Hiroszimy wiemy, co nam zagraża.

O autorze

Viktor E. Frankl był profesorem neurologii i psychiatrii Uniwersytetu Wiedeńskiego, twórcą trzeciej wiedeńskiej szkoły psychoterapii (po psychoanalizie Freuda i psychologii indywidualnej Adlera) – tak zwanej szkoły logoterapii. Przez 25 lat kierował Wiedeńską Polikliniką Neurologii. Jako profesor wizytujący wykładał na Harvardzie, jak również na uniwersytetach w Stanfordzie, Pittsburghu, San Diego i Dallas.

Urodzony w 1905 roku Frankl otrzymał stopień doktora medycyny i doktora filozofii Uniwersytetu Wiedeńskiego. Podczas drugiej wojny światowej przez trzy lata był więźniem niemieckich obozów koncentracyjnych, m.in. Auschwitz i Dachau.

W ciągu 40 lat dr Frankl wygłosił niezliczoną ilość wykładów podczas wielu podróży po świecie. Był doktorem honoris causa dwudziestu dziewięciu uniwersytetów, zapraszany przez wyższe uczelnie całego świata. Był laureatem licznych nagród, między innymi im. Oskara Pfistera przyznawanej przez Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne, oraz honorowym członkiem Austriackiej Akademii Nauk. Doktor Frankl jest autorem 32 książek, które przetłumaczono na 34 języki.

Człowiek w poszukiwaniu sensu sprzedało się w milionach egzemplarzy i zalicza się do „dziesięciu najbardziej znaczących książek w Ameryce”.

Viktor Frankl zmarł w 1997 roku w Wiedniu.

Więcej informacji na temat Viktora Frankla i jego teorii logoterapii wraz z wyczerpującą bibliografią można znaleźć na stronie internetowej wiedeńskiego Instytutu Viktora Frankla: www.viktorfrankl.org.

Przypisy końcowe

1. Gordon W. Allport (1897–1967), psycholog amerykański, profesor Uniwersytetu Harvarda, jeden z najwybitniejszych specjalistów w swojej dziedzinie na półkuli północnej. Autor licznych publikacji na tematy psychologiczne, redaktor „Journal of Abnormal and Social Psychology”. Dzięki pionierskiej pracy profesora Allporta przełomowa teoria doktora Frankla ujrzała w Stanach Zjednoczonych światło dzienne. Jego też zasługą jest gwałtowny wzrost zainteresowania logoterapią w tym kraju. [\[wróć\]](#)
2. Z postacią owego komendanta SS związany jest pewien interesujący incydent świadczący o stosunku, jaki mieli do niego niektórzy żydowscy więźniowie. Pod koniec wojny, gdy wojska amerykańskie wyzwoliły obóz, trzech młodych węgierskich Żydów ukryło komendanta w bawarskich lasach. Następnie cała trójka stawiała się przed amerykańskim dowódcą, któremu bardzo zależało na schwytaniu owego komendanta i oświadczyła, że wyjawia miejsce jego pobytu, ale tylko pod pewnym warunkiem: amerykański dowódca musi przyrzec, że człowiekowi temu nie stanie się absolutnie żadna krzywda. Po pewnym czasie oficer armii amerykańskiej obiecał wreszcie młodym Żydom, że esesman będzie w niewoli całkowicie bezpieczny. Nie tylko dotrzymał on swego słowa, ale w pewnym sensie przywrócił byłego komendanta obozu koncentracyjnego do służby, zlecając mu nadzór nad zbiórką odzieży prowadzoną w okolicznych bawarskich wioskach oraz jej rozdziałem pomiędzy tych z nas, którzy wciąż jeszcze nosiliśmy ubrania odziedziczone po innych więźniach Auschwitz; ci ostatni mieli zdecydowanie mniej szczęścia od nas, bo już w dniu przyjazdu do obozu prosto ze stacji powędrowali do komór gazowych. [\[wróć\]](#)
3. Niniejszy rozdział, obecnie poprawiony i uaktualniony, w wydaniu z 1962 roku nosił pierwotnie tytuł „Podstawowe założenia logoterapii”. [\[wróć\]](#)
4. Mowa tu o pierwotnej wersji mojej pierwszej książki, której angielski przekład ukazał się w 1955 roku staraniem nowojorskiego wydawcy Alfreda A. Knopfa i nosił tytuł *The Doctor and the Soul: An Introduction to Logotherapy*. [\[wróć\]](#)
5. Magda B. Arnold i John A. Gasson, *The Human Person*, Ronald Press, Nowy Jork 1954, s. 618. [\[wróć\]](#)
6. Fenomen będący skutkiem pierwotnego zjawiska. [\[wróć\]](#)
7. Some Comments on a Viennese School of Psychiatry, „The Journal of Abnormal and Social Psychology”, nr 51 (1955) s. 701–703. [\[wróć\]](#)
8. Szema Jisrael (hebr. „Słuchaj, Izraelu”) – jedna z dwóch najważniejszych modlitw w judaizmie [przyp.tłum.]. [\[wróć\]](#)

9. Modlitwa za zmarłych ch. [\[wróć\]](#)
10. L'kiddush basbem, to znaczy: dla uświęcenia imienia Pana. [\[wróć\]](#)
11. „Tyś drogi mego tułactwa zapisał; w worze Twoim łoży me przechował; czyż nie są spisane w Twej księdze?” Ps 55 (56) 9, *Biblia Tysiąclecia*, Wydawnictwo Pallotinum, Poznań 1965 [przyp. tłum.]. [\[wróć\]](#)
12. W celu leczenia przypadków impotencji opracowano specjalną metodę logoterapeutyczną na podstawie przedstawionej tu w zarysie teorii hiperintencji i hiperrefleksji (Viktor E. Frankl, *The Pleasure Principle and Sexual Neurosis* w „The International Journal of Sexology”, R. 5 nr 3 [1952] s. 128–130). Szersze jej omówienie w ramach niniejszej prezentacji podstawowych założeń logoterapii jest z oczywistych względów niemożliwe. [\[wróć\]](#)
13. Viktor E. Frankl, *Zur medikamentösen Unterstützung der Psychotherapie bei Neurosen*, „Schweizer Archiv für Neurologie und Psychiatrie“, R. 43, s. 26–31. [\[wróć\]](#)
14. The Macmillan Co., Nowy Jork 1956, s. 92. [\[wróć\]](#)
15. Lęk przed bezsennością w większości przypadków bywa spowodowany nieświadomością pacjenta, który nie zdaje sobie sprawy, że jego organizm sam jest w stanie zadbać o niezbędną minimalną dawkę snu. [\[wróć\]](#)
16. „American Journal of Psychology”, nr 10 (1956) s. 134. [\[wróć\]](#)
17. *Some Comments on a Viennese School of Psychiatry*, „The Journal of Abnormal and Social Psychology”, nr 51 (1955) s. 701–703. [\[wróć\]](#)
18. Jest to często spowodowane obawą pacjenta, że jego obsesje stanowią dowód nieuniknionej lub obecnej psychozy; taki pacjent nie jest świadom pewnego empirycznego faktu, a mianowicie tego, że zaburzenia obsesyjno-kompulsywne, zamiast narażać go na autentyczną psychozę, w rzeczy wistości go na nią uodparniają. [\[wróć\]](#)
19. Przekonanie to było bliskie Allportowi, który powiedział kiedyś: „Z chwilą, gdy obiektem dążenia zamiast konfliktu staje się bezinteresowny cel, nasze życie jako całość staje się zdrowsze, nawet jeśli zaburzenia nerwicowe całkowicie jeszcze nie ustąpiły” (tamże, s. 95). [\[wróć\]](#)
20. „Value Dimensions in Teaching”, kolorowy film telewizyjny wyprodukowany przez Hollywood Animators Inc. dla California Junior College Association. [\[wróć\]](#)
21. Niniejszy rozdział powstał na podstawie wykładu, który wygłosiłem podczas Trzeciego Światowego Kongresu Logoterapii na Uniwersytecie w Ratyzbonie (RFN) w czerwcu 1983 roku. [\[wróć\]](#)
22. Irvin D. Yalom, *Psychoterapia egzystencjalna*, Instytut Psychologii Zdrowia, Polskie Towarzystwo Psychologiczne, Warszawa 2008, s. 457. [\[wróć\]](#)
23. *Wirtschaftskrise und Seelenleben vom Standpunkt des Jugendberaters*, „Sozialärztliche

- Rundschau”, R. 4 (1933) s. 43–46. [\[wróć\]](#)
24. Szersze omówienie tego eksperymentu czytelnik znajdzie w książkach Viktora E. Frankla *Nieuświadomiony Bóg*, PAX, Warszawa 1978, s. 171, oraz *The Unheard Cry for Meaning*, Simon and Schuster, Nowy Jork 1978, s. 36. [\[wróć\]](#)
25. Więcej na ten temat w książce *Nieuświadomiony Bóg*, s. 128, oraz *The Unheard Cry for Meaning*, s. 26–28. [\[wróć\]](#)
26. *Basic Theoretical Concepts of Humanistic Psychology*, „American Psychologist”, XXVI (kwiecień 1971) s. 378. [\[wróć\]](#)
27. *The Place of Logotherapy in the World Today*, „The International Forum for Logotherapy, t. 1, nr 3 (1980), s. 3–7. [\[wróć\]](#)
28. W.H. Sledge, J.A. Boydston i A.J. Rabe, *Self-Concept Changes Related to War Captivity*, „Arch. Gen. Psychiatry”, 37 (1980), s. 430–443. [\[wróć\]](#)
29. *The Defiant Power of the Human Spirit* – dokładnie tak zatytułowany był referat zaprezentowany przez Longa podczas Trzeciego Światowego Kongresu Logoterapii w czerwcu 1983 roku. [\[wróć\]](#)
30. Nigdy nie zapomnę nadanego kiedyś przez austriacką telewizję wywiadu z pewnym polskim kardiologiem, który podczas drugiej wojny światowej był współorganizatorem powstania w warszawskim getcie. „Co za heroizm!” – wykrzyknął wówczas dziennikarz. „Proszę posłuchać – odparł ze spokojem lekarz – To żaden wyczyn chwycić za broń i zacząć strzelać. Kiedy jednak esesmani prowadzą człowieka do komory gazowej albo na miejsce zbiorowej egzekucji, a on nie może już nic zrobić poza tym, by przyjąć swój los z godnością, to jest, proszę pana, prawdziwy heroizm”. Innymi słowy, heroizm wyboru postawy. [\[wróć\]](#)
31. (z łac.) „tajemnica nieprawości” [przyp. tłum.]. [\[wróć\]](#)
32. Zob. Joseph B. Fabry, *The Pursuit of Meaning*, Harper and Row, Nowy Jork 1980. [\[wróć\]](#)
33. *The Unheard Cry for Meaning*, op. cit, s. 42–43. [\[wróć\]](#)
34. Zob. Viktor E. Frankl, *Psychotherapy and Existentialism*, Simon and Schuster, Nowy Jork 1967. [\[wróć\]](#)
35. *Transference and Countertransference in Logotherapy*, „The International Forum for Logotherapy”, t. 5, nr 2 (jesień–zima 1982), s. 115–118. [\[wróć\]](#)
36. Logoterapia nie jest siłą narzucana wszystkim, którzy interesują się psychoterapią. Zamiast do orientalnego bazaru można by ją porównać do supermarketu; w tym pierwszym klient jest nagabywany, aby coś zakupił, w tym drugim pokazuje mu się i proponuje różne towary, z których może wybrać to, co sam uzna za przydatne i wartościowe. [\[wróć\]](#)