

Jože Ramovš¹, Tina Lasič Andrejevič²

Psihoterapija kot klic iz prepada enega človeka v prepad drugega človeka: Intervju z dr. Jožetom Ramovšem o antropološki, psihološki in psihoterapevtski zapuščini Antona Trstenjaka

Psychotherapy as a call from the abyss of one human being to the abyss of the other: Interview with Dr. Jože Ramovš about the anthropological, psychological and psychotherapeutic legacy of Anton Trstenjak

*"...ne hodi vase, marveč pojdi preko sebe;
ne skrči se v ožino sedanjosti, marveč povzpni se v daljino prihodnosti;
ne ostani v ožini sebičnosti, marveč dvigaj se v širino vsečlovečnosti,
da dosežeš veličino, ki je pred teboj, ki ti je določena kot naloga..."*
A. Trstenjak, Hoja za človekom (1984: 212)



Izredni profesor doktor Jože Ramovš je doktor antropologije in socialni delavec. V Nemčiji je opravil specializacijo iz Franklove logoterapije (ima Evropsko diplomu iz psihoterapije) in partnerske komunikacije. Dela kot raziskovalec, predavatelj in v praksi na področjih: sožitje med ljudmi in staranje, zasvojenosti in omamljanje. V teoriji se posveča celostni podobi človeka v njegovi telesni, duševni, duhovni, socialni, razvojni in bivanjski razsežnosti. Razvija programe za kakovostno življenje in sožitje med ljudmi na osnovi vsakdanjih sredstev (antropohigiena). Njegova bibliografija šteje nad tisoč enot (znanstvene, strokovne in

¹ Izr. prof. dr. Jože Ramovš, joze@iat.si

² Tina Lasič Andrejevič, andrejevitina@gmail.com

poljudne knjige, članki, prispevki na kongresih, radiu, televiziji in spletu, mentorstva pri diplomah, magisterijih in doktoratih). Je odgovorni urednik revije *Kakovostna starost* in član uredniškega sveta naše revije *Kairos*. 16. junija 1992 je v Ljubljani ustanovil Inštitut za psihologijo, logoterapijo in antropohigieno skupaj s Ksenijo Ramovš in Antonom Trstenjakom, po katerem se je nekaj let pozneje tudi poimenoval. Jože Ramovš velja za največjega poznavalca Trstenjakovega opusa. Z njim se je pogovarjala Tina Lasič Andrejevič, dodiplomska študentka psihoterapevtske znanosti na SFU Ljubljana.

1. **O prof. dr. Trstenjaku je bilo napisanega že mnogo, zato vas ne bom spraševala po njegovih biografskih podatkih, zanima pa me, če morda veste, kateri so bili tisti psihološki, morda okoljski dejavniki, ki so ga v mladosti izoblikovali v človeka kakršen je bil?**

Trstenjak je bil bister, sposoben in nadpovprečno nadarjen, tako intelektualno kakor čustveno. Že kot otrok si je želel v svet, želel je videti in vedeti več. Poleg tega je bila za njegov razvoj pomembna njegova družina. Imel je sposobnega očeta, zlasti matematično, ki ga je zelo občudoval. Mater, ki je bila zelo topla, človeška, skrbna in trdoživa, z umetniškim čutom, je imel neizmerno rad. Tretja stvar, ki je po mojem mnenju odločilna, je njegovo šolanje. Osnovno šolo je obiskoval pri Negovi, nadaljeval šolanje v klasični gimnaziji v Mariboru, študiral filozofijo in teologijo na Univerzi v Innsbrucku itn.; izobraževal se je vse življenje. Četrta stvar, ki ga je oblikovala, je njegova osebna družba, zlasti krščanskih socialcev, s katerimi se je družil od gimnazije dalje. V Mariboru je bil njegov profesor moralne teologije dr. Josip Jeraj, ki je pisal o kulturnih in vzgojnih vprašanjih. Iz te družbe so bili tudi Kocbek, oba brata Vodnika, France in Anton, ki velja za najpomembnejšega pesnika religioznega ekspresionizma v slovenski književnosti. Tu sta še Pino in Pia Mlakar, ki sta postavila temelje strokovnega baletnega šolanja v Sloveniji, pa Jakob Šolar, eden pomembnih slavistov, jezikoslovec, prevajalec in urednik, zaveden slovenski duhovnik, ki je bil leta 1944 aretiran in odpeljan v Dachau, ko je skušal preprečiti usodno slovensko notranjo morijo. Pa zdravnik za pljučne bolezni Tomaž Furlan in drugi. Torej ljudje z vseh področij slovenske kulture. Trstenjakov bližnji prijatelj je bil tudi Finžgar. Pa Plečnik; za svojo veliko monografijo *Arcitectura perennis*, ki je izšla leta 1941, je prosil Trstenjaka, da je napisal obsežno poglavje. Vse življenje je bila v njegovem najožjem krogu prijateljev vrsta intelektualcev, kulturnikov in akademikov, ki so v 20. stoletju vsak na svojem področju ogromno naredili v našem narodu.



Anton Trstenjak (1906-1996),
slovenski filozof, antropolog, psiholog in teolog.

2. **Doktoriral je iz filozofije, kasneje še iz teologije. Posvečen je bil v duhovnika, poučeval verouk na realni gimnaziji v Mariboru, bil prefekt in profesor filozofije na Visoki bogoslovni šoli, prav tako v Mariboru, nadaljeval svojo profesorsko pot na Teološki fakulteti Univerze v Ljubljani, kjer je postal docent za filozofijo, bil nato redni profesor, kasneje tudi dekan. Predaval je filozofijo, kasneje pa se je v veliki meri posvetil psihologiji, ki je poleg antropologije njegovo najplodnejše raziskovalno in praktično področje. Kdo ali kaj ga je navdušilo za psihologijo in kaj je botrovalo tej odločitvi?**

Trstenjak je najbolj znan po svoji psihologiji, s tega področja je napisal največ knjig, nedvomno pa je njegovo osnovno področje antropologija – vse življenje je odgovarjal na vprašanje: »Kdo ali kaj je človek?« Njegova prva skrb je bila posvečena človeku, večino svojega raziskovanja in delovanja je usmeril v odkrivanje človeka, na katerega je gledal kot na dinamično bivanjsko celoto, ki je ni mogoče sistematizirati ali na kakršenkoli način povzeti. Psihologijo – sholastično metafizično psihologijo – je predaval v okviru filozofije na Teološki fakulteti, pri tem pa širil svoje raziskovanje na področje pedagoške psihologije (leta 1941 je izšla njegova *Metodika verouka – Očrt verske pedagoške psihologije*, kot prva na svetu, v Italiji so prevod te knjige uporabljali kot učbenik za učitelje), zlasti pa verske pastoralne psihologije (leta 1946 je izšla njegova *Pastoralna psihologija*, prav tako prvo delo te vrste na svetu). V tem kontekstu je med vojno in ob njenem koncu opravil specialistični študij eksperimentalne psihologije v Milanu pri Gemeliju. Raziskoval je reakcijske čase na različne barve in odkril zakonitost, da so človeške reakcije na barvne odtenke v obratnem sorazmerju

z njihovo valovno dolžino. To ga je pripeljalo v elito svetovnih barvnih psihologov. Temu, idejno nevtralnemu področju psihologije, se je po vojni kot duhovnik smel posvečati, drugim področjem, ki so ga zanimala, pa seveda ne; takšne so pač bile tedaj družbene razmere. Za ves Trstenjakov psihološki opus je značilna personalistična usmerjenost – oseba, persona je njena prva vrednota in najvišja realnost. Psihološka vprašanja je obravnaval skozi osebno lečo človeka, zato je pravzaprav vsako njegovo psihološko delo tudi antropološko. Poleg tega je za Trstenjakovo psihologijo značilen tudi enciklopedični pregled na celoto psihologije časa v katerem je živel; ta znanja je zbral v dveh delih *Oris sodobne psihologije* (1969 in 1971) ter v *Problemih psihologije* (1976).

3. **V Sloveniji je med prvimi predstavil eksistencialistično filozofijo in sicer v svoji habilitacijski nalogi. Kdo so bili njegovi vzorniki?**

Osnovna Trstenjakova filozofska smer, ki jo je predaval – če je bilo potrebno tudi v latinščini – je bila aristotelsko tomistična sholastična filozofija. Že v srednji šoli pa je Trstenjak spremljal moderna Vebrova filozofska dela in v Innsbrucku iz Vebra doktoriral. Veber je pomemben predmetni filozof, psihološko usmerjen v človekovo doživljanje; Meinong ga je želel imeti za svojega naslednika, toda leta 1919 je prišel v domovino ustanavljat slovensko univerzo v Ljubljano. Trstenjak je od začetka spremljal tudi filozofijo mladega Heideggerja in o tem pisal. In prav tako eksistencializem; Karla Jaspersa obravnava v svoji knjigi *Pet velikih* (1992) kot enega od pomembnih virov svojega intelektualnega razvoja. Med personalistično eksistencialističnimi misleci mu je bil najbližje psihoterapevt, ki je preučeval človekovo potrebo po smislu, Viktor E. Frankl; večina Trstenjakovih del s področja antropologije je prepojenih s človekom kot iskalcem smisla in uresničevalcem vrednot.

Trstenjak je kot filozofski antropolog, kot psiholog in kot teolog vedno gledal na človeka z različnih zornih kotov: psihološkega, antropološkega, biološkega, medicinskega, sociološkega, etnološkega, kulturološkega, zgodovinskega in seveda z vidika teologije. Pri tem se je naslanjal na misli različnih filozofij, predvsem tistih, ki so mu pripomogli k razumevanju celostne podobe človeka. Ni bil prijatelj miselnih smeri, ki niso povezane z realnostjo človeka ter življenja in sožitja ljudi v dejanskih življenjskih razmerah. Njegovi miselnosti je bil zelo blizu razvoj (Teilhard de Chardin je eden od njegovih *Pet velikih*) ter poglobljeno celotno gledanje na človeka kot duhovno bitje (Jung, Romano Guardini).

4. **Zasledila sem, da je kljub dovršeni uporabi fenomenologije in etike ostajal neosholastik. Kakšen odtis je sholastična filozofija pustila na njegovem ustvarjanju?**

Trstenjak je na koncu koncev študiral sholastično filozofijo v Innsbrucku, pri jezuitih. Filozofska in teološka misel združeni v sholastiki je skušala v duhu svojega časa odgovoriti na dileme, ki so nastale med razumom in vero, pri čemer so se poleg metafizike opirali tudi na druge filozofske discipline. Znanje, ki ga ljudje imamo, sicer izhaja iz izkušenj in uporabe razuma, del človekovega doživljanja pa ni utemeljen v znanju ampak z verovanjem. Grško, Aristotelovo filozofijo, je za krščansko verovanje uporabil Tomaž Akvinski. Ta sholastična filozofija je bila pri študiju teologije obvezna skoraj tisočletje. Trstenjak jo je dobro poznal in cenil. Sholastična filozofija je njegovi misli dajala sistematičnost, natančnost v izražanju in jasnost pri opredeljevanju strokovnih pojmov. Ohranjena je v njegovih skriptah, ki jih je kot predavatelj pripravil za svoje slušatelje. Njegova propedeutika – *Uvod v filozofijo*, ki je tudi ponatisnjena v njegovih *Izbranih delih*, velja za zelo dober uvod v filozofijo. Sholastična filozofija daje jasno, logično mišljenje in poudarja nujnost po jasni opredelitvi vsakega pojma. Glavna metoda je razprava, dialog po pravilih dobrega poslušanja in jasnega pripovedovanja. Danes si za te vrednote prizadevamo s pozornostjo, parafraziranjem; tudi v psihoterapiji bistvo, ki ga razberemo iz sogovornikove pripovedi, za človekom ponovimo, da preverimo, če smo ga prav razumeli. Razlike med tem kar nekdo pove in tem kar drugi sliši, so pogost razlog za nesporazum. Dialog ali razprava zahteva, da smo osredotočeni, pozorni na sogovornika. Ta sholastični dialog in jasno izražanje v poučevanju in pogovoru je Trstenjak dobro obvladal; v tem smislu je vse življenje ostal sholastik.

5. **Prispevek o Trstenjakovem življenju in delu, objavljen v Bogoslovnem vestniku, navaja več kot 50 izvirnih knjižnih del, z mnogimi ponatisi in prevodi v tuje jezike ter okoli 500 člankov. Nekateri ga s tem opusom smatrajo za pomembnega soustvarjalca evropske humanistične misli 20. stoletja. Kljub izjemni uspešnosti je ostajal skromen. Nekje je nekoč zapisal, da se modrost skriva v nenehnem transcendiranju vsakdanjosti. Kaj je zanj pomenila transcendeca vsakdanjika?**

Še temeljiteje kakor omenjeni zbornik opiše Trstenjakovo življenje in delo zbornik, ki je izšel po simpoziju ob 100-letnici rojstva in 10-letnici smrti Antona Trstenjaka pri Slovenski akademiji znanosti in umetnosti leta 2006.

Sprašujete kaj mu je pomenila transcendenca vsakdanjika. Transcendence je antropološko, psihološko nasprotje avtistični, egocentrični samozadostnosti. Označuje odprtost človeka in njegovo usmerjenost v sožitje z drugimi

in z naravo. Pomeni tudi versko transcendiranje, torej da človek s svojim bivanjem, željami, hrepenenji in do neke mere tudi s svojo kognicijo, sega na rob tega, kar lahko spozna in dojame sam, ter celo čez to mejo. V širokem pomenu je torej transcendenca vse, kar je povezano z odpiranjem človeka drugim, celoti, času, prihodnosti, nedojemljivi skrivnosti bivanja. To je antropološka transcendenca, s katero je Trstenjak vedno povezoval tudi versko transcendenco; ta je človekovo naravnost in zmožnost za preseganje samega sebe v "dialogu" z absolutno presežnostjo – Bogom. Naša danost je to, kar nam je dano in kar dojemamo; to, da ta danost obstaja – vključno z mano – da se razvija in ima smisel, pa usmerja človekovega duha v versko transcendenco. Trstenjak je kot psiholog in antropolog raziskoval antropološko transcenenco, versko transcendenco pa je vedno upošteval.

6. **Katera njegova dela bi izpostavili vi, dr. Ramovš? Katere so bistvene Trstenjakove misli, ki naj spremljajo poklicno pot psihoterapevta?**

Latinski pregovor pravi, da se o okusih ne diskutira; če pa že povem svoj "okus" glede Trstenjakovih del, mi je najbližja majhna knjiga iz najuspešnejše Trstenjakove zbirke poljudno-strokovnih psihohigienskih knjig, ki so izšle pri Mohorjevi družbi: to je *Hoja za človekom* (1968). Ta je med devetimi knjigami iz te zbirke glavna, skorajda edina, ki je izrazito antropološka. Druge knjige iz te zbirke so: *Med ljudmi* (1954), *Pota do človeka* (1956), *Človek v ravnotežju* (1957), *Človek v stiski* (1960), *Če bi še enkrat živel* (1965), *Človek samemu sebi* (1971), *Človek in sreča* (1974). To so psihološke knjige, knjige življenjske modrosti. Pred koncem svojega življenja je za to zbirko napisal še zadnjo knjigo, *Umrješ, da živiš* (1993). *Hoja za človekom* je Trstenjakova prva in najmanjša celostna antropologija (kasneje je napisal še par večjih), je pa razumljiva vsem. Njegove izrazite antropologije so še *Človek bitje prihodnosti* (1985) in *Človek, končno in neskončno bitje* (1988), pri Mladinski knjigi pa je 1992 izšla *Po sledeh človeka*; na avstrijskem koroškem je Tinjah leta 1973 izšla knjižica *V znamenju človeka*, leta 1988 pa v Ljubljani tudi majhna antropologija *Dobro je biti človek*, ki smo jo na Inštitutu Antona Trstenjaka 2018 ponatisnili. Ko sem Trstenjaku rekel, da je najbolj zgovorna njegova knjiga *Hoja za človekom*, mi ni ugovarjal, ampak jasno pokazal, da mu je ta moj vtis všeč.

S področja psihologije ima seveda osrednje mesto njegov *Oris sodobne psihologije 1.del* (1969) in *2.del* (1971). To je enciklopedična knjiga o psihologiji. Kot že naslov pove gre za oris kompletne psihologije tistega časa.

Sprašujete, kaj od Trstenjakovih del naj spremlja poklicno pot današnjega psihoterapevta? Vsekakor antropologija, ki odgovarja na vprašanje: »Kdo ali kaj je človek?« To je pomembna osnova za psihoterapijo. Pri tem ta spoznanja ne

zastarevajo tako kakor na primer v psihologiji. Če pa razmišljam kaj v današnji psihoterapiji pogosto manjka, je zagotovo to kakovostna komunikacija, prava beseda ob pravem času. Trstenjak se je s tem veliko ukvarjal. Svoj prvi članek, *Beseda umira*, je leta 1926 napisal prav na to temo. Kasneje je napisal veliko monografijo *Skozi prizmo besede* (1989), ki je prav tako izšla pri Slovenski matici. V knjigi je podal svoja dolgoletna razmišljanja in spoznanja o človeku in jeziku, o človeški besedi – ne o besedičenju, ne o besedi, ki se povdiguje nad drugega, temveč o pristni človeški besedi, brez nepotrebnega strokovnjačenja. Znanje, ki ga psihoterapevt pridobi z izobrazbo, je pomembno, uporabno pa je šele v pristnem razgovoru s sočlovekom, ki je v stiski – "precejeno" znanje, ki pride do človeka skozi prizmo njegovega jezika in ga razume.

7. **V svojih antropoloških delih je opozarjal na človekovo bistveno razpetost med končnostjo in neskončnostjo, tostranostjo in onstranostjo, sedanjostjo in prihodnostjo, med veličino in bedo, individualnostjo in socialnostjo. Do katere mere je po Trstenjaku človek lahko neodvisen od okolja, časa in razmer? V čem je Trstenjak videl človekovo svobodo?**

Trstenjak je pisal tudi o zaznavanju. 1983 je pri SAZU izšla knjiga *Teorije zaznav*. Človekova svoboda – posvečal se ji je zlasti Viktor Frankl – je omejena z njegovim zaznavanjem, z okoljem, z biološkimi, s socialnimi in s psihološkimi mejami. Podobno kakor Franklu je bilo tudi Trstenjaku zelo jasno, da je višek človeške svobode njegovo stališče. Stališče, ki ga zavzame do preteklosti, sedanjosti in prihodnosti, do drugih ljudi, do samega sebe; stališče lahko zavzamemo do vsega. Stališče je torej kognitivna, čustvena in akcijska usmerjenost človeške zavesti do nečesa ali nekoga. Stališče je potrebno zavzeti do vsake dobre in slabe izkušnje; to je pogoj, da se iz izkušenj učimo. Človek za usmerjanje svojega življenja potrebuje uvid v to, koliko ima v trenutnem položaju svobode, koliko pa je podvržen nespremenljivi nujnosti ali usodi. Ko dojame stvarno stanje, kolikor to trenutno zmore, in zavzame smiselno stališče, prevzame do tega stanja odgovornost. Stališče je potrebno zavzeti zlasti do možnosti, ki jih v danem trenutku imamo, da med njimi izberemo in uresničimo najbolj smiselno. Če človek ne zavzema smiselnega stališča do vsega tega, zapada v bivanjsko praznoto, eksistencialni vakuum. Psihoterapija se lahko začne šele, ko človek zavzame stališče do svojega problema. Pomeni zavestno odločitev, da problema ne bo reševal stereotipno, z bolnimi obrambnimi mehanizmi kakor doslej, temveč išče novo paradigmo.

Če poudarjam veliko svobodo v zavzemanju stališča, to nikakor pomeni, da je človekova svoboda absolutna. Človek je zelo odvisen od nešteto nespremenljivih

dejstev. Ko to svojo odvisnost sprejme in zavzame smiselno stališče do možnosti, se mu – bi rekel Trstenjak – kot piščancu, ki prekljuje lupino, odpre svet življenja in človeškega razvoja.

8. **Zavračal je t.i. “nurture-nature” debate in poudarjal človekovo samodejavnost, pri čemer je izpostavljal pojem psihokibernetike. Kako naj človek vodi samega sebe? Kaj pravzaprav pomeni samodejavnost?**

Psihokibernetika ni Trstenjakov pojem, je pa to dejstvo upošteval. Z vidika antropologije smo rekli, da s tem, ko do tega, kar zaznavamo, dojemamo v sebi in v okolju, zavzamemo stališče, uresničujemo svobodo. Temu temeljnemu človeškemu dejstvu se skuša psihokibernetika bližati po znanstveno. Psihokibernetika povratna in vzvratna sprega med zaznavo in (re)akcijo se pri človeku ustvarjalno stopnjuje. Ta sprega obsega povezavo med človekom in okoljem, pa tudi med človekom in njegovim doživljanjem preteklosti, sedanjosti in prihodnosti. Na njej temelji človekov razvoj z usmerjanjem samega sebe. Trstenjakova osnova antropologije je usmerjena v sposobnost človeka, da vodi samega sebe – da je svoboden.

Človek pa sebe lahko usmerja tudi ‘odštekano’, nesmiselno; tako, da ruši svoj razvoj, razvoj drugih in okolja. To ne velja samo za vsakdanje življenje povprečnega človeka, ampak tudi za pronicljive intelektualne teorije o človeku in družbi. Trstenjak je rad povedal anekdoto o slavnem filozofu Heglu. Njegova predavanja so hodili poslušat intelektualci od blizu in daleč. Ob neki priliki mu je nekdo ugovarjal: “Gospod profesor, to kar predavate zveni lepo in je logično, toda dejstva so drugačna.” Hegel je odgovoril kot iz topa: “Tem slabše za dejstva!” – češ, če so dejstva drugačna od moje teorije, jih bomo že posilili. To se je uresničevalo vse 20. stoletje v družbi, ki so jo posiljevale teorije nacizma, fašizma, komunizma ... in v naravi, ki jo posiljujemo do roba njene obnovitvene zmožnosti za trajnostni razvoj. Samovoljni človeški konstruktivizem tudi v 21. stoletju ne pojema. Ob vsem tem pa duševne motnje in stiske ljudi naraščajo.

Nasprotno temu je psihokibernetika dialog s stvarnostjo, ki nam omogoča, da se razvijamo v njenih in svojih mejah. Idealizem, materializem, konstruktivizem, konsumizem in ostali -izmi so od stvarnosti ‘odštekani’; ljudem obljublajo razvoj, ki v stvarnosti “ne pije vode” ne v razvoju posameznika ne skupnosti, vsaj ne trajnostno. Tudi to je kibernetika, toda ta vodi v propadanje ali v razvoj po bolečem načelu zmot. Iz napak se tudi učimo, toda bridko in ne vedno – samo v primeru, ko slabo izkušnjo ob napaki presežemo, da postane dobra za nas in okolje. Če prej ne polomimo zob, se nam to zgodi v starosti, ko se življenje izteka. Takrat spoznamo, da so dejstva drugačna od naših konstruktov. To dejstvo samo – bolj kakor zavedanje o njem – vodi v duševno, bivanjsko in socialno krizo.

Tako je psihokibernetika nenehni dialog človeške zavesti z danostjo – pristen in pošten za smiselni razvoj sebe in vsega drugega ali pa psevdodialog z našimi konstrukti mimo ali proti stvarnosti.

9. **V čem je videl gonilno silo, ki pomaga človeku, da v dialektičnem navzkrižju s svetom udejanja samega sebe? Kako naj človek živi, da se bo lahko uresničeval, da bo srečen, da bo dosegel notranji mir in svojo izpolnitev?**

Trstenjak je veliko pisal o sreči. V tem sta si bila s Franklom sorodna, le da Trstenjak bistva človeške sreče – da je stranski produkt smiselnega doživljanja in ravnanja – ni tako jasno formuliral kakor Frankl.

Verjetno so največja prepreka človekove srečnosti njegove osebne in kolektivne zmote – nezavedno navzkrižje med zavestjo in resničnostjo. Danes pojma zmota in krivda nista v ospredju zanimanja; današnja antropologija in psihoterapija se ju izogibata. Ko se v psihokibernetiki dialoga z danostjo, z drugimi ljudmi, s svojo preteklostjo, z naravo in ostalo ekološko celoto pokaže, da so dejstva drugačna od naših predstav in namena – denimo v starosti ali pri onesnaženosti narave – sta pred nami dve možnosti: ena je, da človek uvidi svojo zmoto ter jo sprejme v sebi in prizna pred drugimi, druga možnost pa je, da samozadostno vztraja pri svojem “prav”. Predpogoj za uspešno psihoterapijo je prva možnost. Pot do sreče – pristne, ko je človek notranje srečen, ne ko “ima srečo” – je celosten zdrav razvoj sebe skupaj z drugimi ljudmi in naravo. Kakor sta ugotavljala Frankl in Trstenjak, so notranji mir, izpolnitev in uresničitev človeka – njegova srečnost – samodejni stranski produkt smiselnega usmerjanja svojega življenja in sožitja. K temu sodi tudi to, da prizna svojo zmoto in krivdo; ko to stori, si odpre svobodno pot v nadaljnji razvoj. Če vidimo edini vzrok za težave v razmerah, osebno zmoto in krivdo pa zanikamo ali pometemo pod preprogo, zanikamo možnost, da bi se človek lahko iz slabškega usmeril v boljše doživljanje in ravnanje. Če človeka prepričujemo, da ni naredil nič narobe, se nič motil, da nima nikakšne krivde, ga trenutno razbremenimo njegove stiske, s tem pa mu tudi – lahko nevede in nehote – vzamemo svobodo, odgovornost in možnost za razvoj. Sporočimo mu, da je bil vse življenje samo lutka, marioneta v rokah razmer. Če z negiranjem osebne zmote in krivde za nazaj človeku zanikamo njegovo svobodo, mu tudi v prihodnje ostane edina možnost, da bo šlo njegovo življenje po svoje brez njega; ostal bo marioneta – morda lutka po naših navodilih. To je velika nevarnost za psihoterapijo in za vsako delo za ljudi in z ljudmi.

Številne človekove omejitve prihajajo od zunaj. Danes se na primer soočamo z nevarno boleznijo, Covidom, ki je pod zemljo spravila že nekaj milijonov ljudi. V 20. stoletju sta ljudi zadeli dve svetovni vojni, absolutizmi, totalitarizmi,

diktature in podobno, ki so povzročile sto milijonske smrti. V naravi in družbi je veliko nevarnosti za človekovo telesno, duševno in socialno zdravje, ki niso v naših rokah. Veliko škode pa naredimo sami sebi in drugim s svojimi zmotami in krivdo – preprečevanje tega pa je v naših rokah. Psihoterapevska spoznanja lahko pri tem veliko pomagajo, to je možnost psihoterapije za povečanje človeške srečnosti.

10. **Poleg eksistencialne je bila Trstenjaku blizu tudi humanistična psihologija s svojimi temeljnimi predpostavkami. V čem je videl pomembnost prispevka Carla Rogersa? Na kakšen način je Trstenjak združeval humanistično idejo samoaktualizacije s Franklovo voljo do smisla?**

Rogers je s pogovorno terapijo človeku v stiski dal možnost, da se izrazi z besedo do konca. Šele ko drugega dosežemo z vsem svojim bitjem, smo z njim v dialogu. Dialog je dvosmerni pretok po komunikacijskem kanalu. Trstenjaku je bil dialog blizu, zato je Rogersa cenil. Blizu mu je bila komunikacija, ki teče v obe smeri, od mene k drugemu in od drugega k meni; obe smeri morata biti pristno pretočni. Človek je bitje občestva, občestvo pa se oblikuje z občevanjem – s komuniciranjem. Frankl se je ukvarjal s smislom. Smisel predpostavlja dobro medčloveško komunikacijo. Če ne komuniciramo, ne moremo živeti za nekoga ali za nekaj – to pomeni, da nimamo dostopa do smisla. Če ne komuniciramo z danostjo, izgubimo dostop do nje in s tem svojo eksistencialno energijo. Trstenjak je črpal spoznanja tako od Rogersa kot od Frankla.

11. **V Problemih psihologije je zapisal, da človeka ne more rešiti nobena znanstvena metoda, temveč ga lahko doseže le vera. Kaj nam je želel s tem sporočiti?**

Iz najinega 30-letnega sodelovanja bi to njegovo izjavo razumel v smislu reševanja napetosti med znanjem in vero. Grško-rimska paradigma naše kulture temelji na znanju in pravu – to je empiričnost. Drugi vir naše evropske kulture je judovsko monoteistično verovanje. Judje so bili na visokem vzponu svoje kulture že tisoč let pred Kristusom, ko so Grki bojevali svoje mitološke trojanske bitke. Judovska, krščanska in islamska kultura se napajajo v presežnem monoteizmu, grško-rimska mitologija pa doživlja človeško dogajanje prenešeno v mitični svet; v njej se rimski cesar, ki se okliče za boga, ne razlikuje veliko od predstave o nešteti drugih mitoloških bogov. Dojemanje presežnosti je pri judovski korenini evropske kulture veliko bolj dodelano kakor pri grško-rimski. Vojskovanje, pravo in drugo znanje, ki omogoča človeku osvajanje narave in drugih ljudi, pa je bilo močnejše v grško-rimski korenini Evrope. Ta nasilna, agresivna komponenta danes prevladuje v odnosu do narave in v sožitju med ljudmi. Zaupanje ali

prazaupanje v smisel razvoja pa ne temelji na znanju in osvajanju, ampak na duhovnosti, verovanju, na zmožnosti presegati svoje osvajalske želje ob sprejemanju etičnih imperativov. Frankl in Trstenjak sta kot človeka, kot znanstvenika in kot psihoterapevta enako spoštovala obe nogi, po katerih je tekel razvoj naše kulture: znanje in verovanje.

Smisla nihče ne more dokazati, išče in najde ga lahko le vsakdo sam – seveda v dialogu z drugimi in naravo; in nikoli ni ekzakten, empiričen. Empirizem, ki danes prevladuje, meni, da je vsako verovanje, celo v smisel, brez pomena. Na eni strani je leva možganska polovica in empiričeni del človeka, na drugi desna in vsemu prijazni del človeka, ki povezuje vse v harmonično celoto. Psihoterapija ne črpa manj moči iz te druge polovice kakor iz prve, ko človeku pomaga, da lažje deluje tudi prva. Vsekakor pa je vsaka polovica samo polovica, celota je šele komplementarna povezava obeh polovic. Tako verovanje kakor znanje sta del dejanskega človeka in družbe: tako znanje kakor verovanje je lahko zelo primitivno ali vrhunsko, stvarno ali zmotno, zdravo ali bolno. Kdor prezira ali zapostavlja znanje ali pa verovanje, krni človekovo celovito zavest, ki je vodila dosednji razvoj človeštva in kultur.

Trstenjak bi po mojem mišljenju citat iz *Problemov psihologije*, da človeka ne more rešiti nobena znanstvena metoda, temveč ga lahko doseže le vera, lahko tudi obrnil, da človek ne preživi z nobeno vero, ampak mora uporabljati tudi primerno znanje za preživetje ter za telesno, duševno, duhovno in socialno zdrav razvoj.

12. **Bil je pronicljiv mislec, humanist in eksistencialist. Vse življenje je "hodil za človekom." Za njegov največji prispevek veljajo filozofsko antropološka dela, ki odražajo iskanje celostnega odgovora na večno vprašanje "Kdo ali kaj je človek?" V nekem intervjuju sem zasledila, da je novinarju na podobno vprašanje odgovoril (citiram): "... Človek je v svojem bistvu tako večstransko in komplicirano bitje, da ostaja neznanka in prepad..." Kako bi komentirali te njegove besede vi, dr. Ramovš?**

Človek je prepad – abyssus; Trstenjak je rad citiral latinski verz iz psalma, starega 2500 let: »... prepad kliče prepadu ... » Prepad pomeni brezno, globina brez dna. Človek je brezno. Komunikacija je klic brezna breznu. Človek je za Trstenjaka bil poleg dejstev, ki jih poznajo sociološka, psihološka, antropološka, biološka in druga znanja, tudi nedojemljiva skrivnost. Če rečemo, da človek ni nič drugega, kakor to, kar jaz o njem vem in znam, potem to ni prepad, brezno, skrivnost, ampak morda smrdljiva in blatna jama, medvedji brlog. Spoštovanje človeka temelji na stalnici, ki vidi, da sega človek pod svoje vidne stopnje v nepregledno globino, ali v obratni smeri v nevidno višino, da se steguje v nebo. Poleg zaznavne

empiričnosti je človek sam sebi – in so mu vsi drugi ljudje – spoštljiva skrivnost. Na tem temelji tudi upanje in zaupanje pri terapiji – *da človek ni samo to, kar je (bil), ampak tudi to, kar še (lahko) bo*. V tem smo ljudje res drugačna žival od drugih živali. Trstenjak je velikokrat rekel, da je človek neznanka. Komunikacija – tudi terapevtska – je poleg eksaktne metodike tudi klic iz prepada enega človeka v prepad drugega človeka, oziroma ene nebeške višine v drugo nesluteno nebeško višino, kar vam je ljubše. Frankl je imel raje višine, medtem ko je bil Freud in še marsikdo drug v preteklosti bolj pozoren na globine.

13. **Čas Trstenjakovega življenja in delovanja je čas konca ideologij, čas eksistencialnega vakuuma, kot ga je imenoval Frankl, ki je posledica odmika od Boga, razvrednotenja človeka, čas nihilizma in dekadence, ki je poteptal človekovo dostojanstvo. Kljub temu pa je bilo v tem istem času Trstenjakovo življenjsko geslo: "Za človeka gre." Kako je Anton Trstenjak prišel v stik z Viktorjem Franklom, ki je logoterapijo, terapijo s smislom, utemeljil na podlagi svoje izkušnje preživetja štirih koncentracijskih taborišč?**

Trstenjak je v stik s Franklom prišel tako, kakor pride intelektualec v stik s sodobnimi spoznanji drugih. Po duši je bil znanstvenik in je spremljal vse. V Gradcu je imel kolega in kadar je pisal, je rad odšel k njemu, da je uporabljal tamkajšnjo knjižnico in nakupil nove tuje knjige. Na podoben način je moral v prvih povojnih letih priti do Franklove knjige *Psiholog doživlja taborišče smrti* (sedajni slovenski prevod *Kljub vsemu življenju rečem da*). Franklova spoznanja so ga navdušila. To knjigo je potem nekomu posodil, ki pa mu je ni vrnil. Ob priložnosti si je kupil novo, jo spet nekomu posodil in ostal brez nje. Ko je bila dobro leto pred njegovo smrtjo pri njem najbolj znana Franklova učenka, Elisabeth Lukas, ji je povedal to anekdoto in dodal: "Na tej knjigi marsikaj utemeljujem, a je še danes nimam." Par dni kasneje jo je prejel med pošto od Lucasove s posvetilom, da bo knjigo, ki jo je še svežo študiral ob prvi izdaji "končno imel". Ta izvod ga je v njegovi knjižnici preživel. Mislim torej, da je do Frankla prišel spontano, tako kakor do Rogersa in mnogih drugih – in vendar ne naključno, temveč zato, ker je razvoj znanja zavestno spremljal. Spremljal je tudi dela in avtorje, s katerimi se sicer ni strinjal, na primer znanega filozofa Heideggerja, ki mu je bil s svojim življenjem (kot visoko čislani nacist) in v marsičem tudi po miselnosti tuj. In prav tako znanstvenike, ki niso bili z njegovega področja: fizike, zgodovinarje, biologe ...; Cenil je tudi Noama Chomskega. Trstenjak je bil intelektualec, ki ni gledal, kdo je moj ali ne; Frankl je bil po duši njegov, kakšen drug ne, a jih je prav tako študiral in cenil njihova trdna spoznanja. Pri vsakem je iskal in našel, kar je bilo kvalitetnega.

14. **V bivanjskih stiskah in v iskanju odgovora na vprašanje o smislu življenja so k dr. Trstenjaku prihajali po nasvet in pomoč številni ljudje, tudi ko je bil že v pozni starosti. V enem od intervjujev je dejal, da v odpiranju smisla drugim vidi svoje poslanstvo. Morda veste, zakaj je bilo iskanje smisla zanj pomembna tema in v čem je sam vsakodnevno videl smisel?**

Smisel je videl v vsem tem, kar je njegovo življenje dejansko bilo. On je rekel življenju DA; velik, miren in vesel DA. Mislim, da je bil smisel pri Trstenjaku celota iz enega kosa, brez kakšnega "kljub temu pa ..., "da, vendar pa ..."

15. **Pri nas je logoterapija postala poznana po zaslugi dr. Trstenjaka, v prakso pa ste jo menda vpeljali vi, dr. Ramovš. Lahko malo več poveste o tem?**

Trstenjak je vzel Frankla – tako kot Guardinija in druge tri mislece – med svojih *Pet velikih* (1992), v Franklovo logoterapijo pa se ni poglobil posebej, kakor tudi ne v vedenjsko terapijo, psihoanalizo ali kako drugo terapevtsko smer. Logoterapijo je poznal in cenil, ni pa se v njej "specializiral", da bi jo izvajal in razvijal.

Že precej let, preden sem pri Trstenjaku diplomiral, sem imel osnovno Franklovo knjigo *Ärzliche Seelsorge* (1966); s svojim podpisom mi jo je za spomin dal češki študent, ki je tedaj ušel pred krvavo zadušitvijo praške pomladi leta 1968 in sva se v Gradcu našla pri skupnem počitniškem delu v vajeniškem domu. Knjigo sem malo prebiral, vendar je bila za moje takratno znanje pretežka. Franklov jezik je filozofsko, psihološko in jezikovno zahteven. Jaz sem bil mlad, imel sem občutek, da to kar piše, ni ne prava psihologija, ne filozofija, ne teologija. Knjiga je obležala na moji polici. Pozneje sem prostovoljsko sodeloval pri Janezu Ruglju, v programu zdravljenja alkoholikov in njihovih svojcev. Pri tem sem se srečal z bivanjskimi vprašanji ob doživljajski otopelosti zasvojenec ter zagrenjenosti in črnogledosti njihovih svojcev, ob tragičnosti življenja včasih na robu samomora. Ob raziskovanju teh vprašanj, mi je manjkalo dobrih virov znanja. O tem sem se pogovarjal z Levom Miličinskim, starosto slovenske psihoterapije, ki mi je dejal, naj malo pogledam po Franklu. Povedal sem gornjo zgodbo, on pa je menil, da bom morda zdaj drugače videl. Knjigo sem ponovno vzel v roke in v njej našel dobre odgovore na svoja vprašanja. Takrat je bil Frankl že star, poiskal sem še druga njegova dela in spoznal mlajše logoterapevte. Pozneje sem mesec dni preživel na študiju v Münchenski knjižnici in obiskal Elisabeth Lukas na njenem inštitutu. Pojasnila mi je specialistični štiri letni študij logoterapije, ki ga je razvila in izvajala prva na svetu. Takoj sem vpisal in ga opravil. Z njo sem ostal povezan do danes, s Franklom pa do njegove smrti; sistematično prevajamo in izdajamo slovenske prevode njunih knjig in druga logoterapevska dela.

Sami pa razvijamo na tej in drugih osnovah antropohigieno – preventivno smer teorije in metodike za osebnostni razvoj in razvoj sožitja. Moja pot v logoterapijo je torej bila naključna, podobno kakor pozneje v specializacijo komunikacije. To niso bile moje genialne odločitve, ampak odgovor življenja na moj dialog z njim.

Naj še dodam, da sta Trstenjak in Frankl leta 1992 skupaj predavala v nabito polni unionski dvorani v Ljubljani. S Franklom je imel Čolnik celovečerni intervju na TV Slovenija. Istega leta smo ustanovili inštitut Antona Trstenjaka, ki se je sprva imenoval Inštitut za psihologijo, logoterapijo in antropohigieno.

16. **Na Inštitutu Antona Trstenjaka nadaljujete njegovo svetovalno in terapevtsko delo. Nekje sem zasledila, da ste vi, dr. Ramovš, imeli privilegij v smislu, da ste lahko bili večkrat navzoči ob pogovorih, ki jih je imel dr. Trstenjak z ljudmi, ki so k njemu prihajali po nasvet in pomoč. Kako je ta praksa obogatila vas osebno, vaše poklicno, psihoterapevtsko delo in kaj bi iz te vaše izkušnje svetovali ljudem, ki opravljajo poklic psihoterapevta?**

Na inštitutu delamo predvsem raziskovalno in akcijsko razvijamo programe za kakovostno staranje in sožitje v družini, službi in družbi; ob preventivnem delu se kar naprej znajde pred človekom tudi kaka terapevtska naloga.

Pojdiva raje k Trstenjakovim svetovalnim pogovorom, ki jih je imel z ljudmi; pri njih sem res bil večkrat navzoč. Njega so vse življenje oblegali ljudje s prošnjo za pomoč; on temu nikoli ni rekel psihoterapija. Če je bil doma v Ljubljani, so si ljudje pri njem včasih podajali kljuko od jutra do večera, praviloma nenapovedani; zgodilo se je, da je kdo čakal že ob sedmih zjutraj. Obiskovali so ga ljudje z duševnimi motnjami, z zakonskimi in družinskimi težavami, s težavami v službi, pa z eksistencialnimi problemi ...; od visokih funkcionarjev do klošarjev. Če sem bil pri njem, ko je kdo prišel "po nasvet", je Trstenjak vedno rekel naj ostanem in pojasnil človeku najino sodelovanje. Povedal bom nekaj utrinkov.

Z ljudmi, ki so bili v depresiji, je delal na tak način in toliko časa, dokler se v pogovoru nismo vsi od srca nasmejali. To ni protokolarna psihoterapevtska metoda, Trstenjak mi je o tem šaljivo rekel: "Ko se s takim človekom oba nasmejiva od srca in nato lepo posloviva, sem prepričan, da ta dan ne bo poskušal samomora." To veliko pove o Trstenjaku, ki je v pogovoru s človekom v skrajni duševni stiski improviziral, vendar z zelo jasnim ciljem in s svojo veliko osebnostno širino in globino. Humor je tudi Frankl imel za odlično terapevtsko sredstvo. Trstenjakova psihoterapija ni bila ne analitična, ne vedenjska, ne logoterapevtska, čeprav je teoretično vse te smeri poznal. Kot šolan teolog in duhovnik je dobro poznal spovedovanje in drugo tisočletno tradicijo osebenega duhovnega pogovora v katoliški in pravoslavni Cerkvi. K njemu so prihajali k pravi verski spovedi

tudi ljudje, ki so bili daleč od krščanske verske skupnosti, ali pa prosili, da bi jih obiskal on v bolnišnici. Seveda pri spovedi nisem bil nikoli zraven, niti mi ni nikoli o tem povedal niti besedice; kar vem o tem, je iz druge roke. Spovedna molčečnost je za duhovnika morda najstrožja dolžnost, če bi jo prekršil, bi bil izključen iz Cerkve.

Znanje, ki ga je Trstenjak uporabljal pri psihoterapevtskem svetovanju, je bilo celostno antropološko, teološko in psihološko, z veliko človeške modrosti. Imel je čut za sočloveka, bil je intuitiven, empatičen, pri poslušanju ni uporabljal medmetov (mh, aha ipd.), kot so v modi pri nekaterih psihoterapevtskih metodah, temveč je poslušal aktivno in pristno, nato pa odgovoril kot človek, ki ima jasen pogled in svoje izdelano stališče. Psihoterapevtsko je delovalo empatično poslušanje, človek si je olajšal stisko, vendar to ni bil končni cilj. Trstenjak je v odgovor povedal tudi nekaj stavkov, ki so bili več kakor poljubno mnenje ali nasvet; če je bil problem etične narave in bi človek, ki je prišel po nasvet, s svojim ravnanjem lahko škodil drugim, je bilo njegovo mnenje kot etični imperativ, ki nam ga vsem postavlja življenje. Pri tem je bil jasen – človek z lastnim visokim nivojem etike in morale, zato ljudje tega niso jemali kot sugeriranje ali zapovedovanje, temveč kot jasno luč na temni življenjski poti, da ostanemo na njej živi in pošteno pred seboj in svetom. Če človek za nazaj ugotovi, da je po psihoterapiji lažje in mirneje naredil nekaj, kar ni etično, je velika verjetnost, da bo krivdo za to zvalil na psihoterapevta. Psihoterapija se danes izmika v etično nevtralnost, kakor da bi bila etična ali protietična dejanja na isti ravni kakor dobro in slabo počutje. Ali še niže, saj včasih terapija da vse od sebe, da bi se človek dobro počutil, glede izbire med poštenim in etično odgovornim ali nepoštenim ravnanjem pa ostaja neopredeljena. To in moralizirajoče poučevanje sta dve enako jalovi skrajnosti pri delu z ljudmi in za ljudi. Seveda je Trstenjak ob vsej etični jasnosti puščal vso svobodo človekovi lastni odločitvi – to je bilo jasno iz celotne njegove drže, le skrival se ni za etično nevtralnost nad-človeško pozo. Držal se je skupne etike človeštva, ki se danes uveljavlja kot svetovni etos: ne kradi, ne laži, ne ubijaj, ne zlorablaj spolne narave ljudi, česar nočeš, da bi drugi storili tebi, tega ne stori ti drugim. Zanj je bil vsak posameznik absolutno bitje prihodnosti, ki človeško zori ne samo s tem, da naredi, kar zmore, temveč tudi s tem, da ne naredi, česar ne sme. Ne smemo vsega, kar zmoremo.

Tik pred izidom je logoterapevtska knjiga Lucasove o sporih in njihovem reševanju – konfliktih v samem sebi, v družini in skupnostih. Velik del v njej namenja svoji metodi vnaprejšnjega vložka za dober dosežek. Torej investiciji v sovražnika, ne v razčiščevanje ali jalov trenutni kompromis, ki oba razočara. To je zahteven etični element v zahtevni psihoterapiji in mediaciji sporov, ki izhaja iz zlatega etičnega pravila človeških kultur. Trstenjak je imel to globoko osebno

solidarnost do ljudi v stiski. Z njimi ni razčiščeval, temveč jim je pomagal aktivirati njihove eksistencialne in etične moči.

Naj za konec povem še dva utrinka o njegovem svetovalno-terapevtskem delu. Vsakemu obiskovalcu je ob koncu pogovora "vrnil ključ" njegove zgodbe. Ko je prišel drugič in začel pripovedovati, kakor da Trstenjak že pozna njegovo zgodbo, ga je ustavil in ga prosil, naj ponovi nekaj od tega, kar je povedal zadnjič in mu s tem da ključ od svoje zgodbe, ki ga je prejšnjič ob slovesu "vrnil" njemu. Človek je povedal stavek, dva in on je rekel: Zdaj pa že vse vem, kar povejte, kar ste želeli povedati danes." Zdi se, da je res imel – morda kot spovednik – utirjen pogojni refleks, da pozabi človekovo zgodbo, ki jo je poslušal in takrat ob njej v pogovoru naredil, kar je znal in zmogel. Zgodb ljudi ni nikoli zapisoval in jih zaklepal v varno omaro, ki odgovarja zahtevi po varstvu podatkov, ampak je to etično zahtevo imel v svoji vesti in celotnem svojem vedenju.

Ko je posameznik ali par po "svetovanju" odhajal, sem bil tudi večkrat priča "plačevanju" njegove terapije. Človeku, ki je vzel iz žepa ali torbice denarnico in hotel plačati, je šaljivo in z vso notranjo trdnostjo rekel, naj denarnico pospravi in če ima denar, da to zmore, tisto kar bi dal njemu, da v nek dober namen, kjer je potrebno; dodal je, da je sam preskrbljen in končal: "Veste, če je treba človeku za dobro besedo v stiski plačati z denarjem, potem je blizu konec sveta; jaz pa ne bi hotel, da bi bil zaradi mene prekmalu!" Tako so se poslovili v šegavo prijetnem napotku k širjenju pristne solidarnosti v besedah in dejanju.