

סקירה ספרותית

משמעות החיים בזקנה

לכל מצב בחיים יש תכלית ושימוש, גם למוות וסבל. את התכלית כל אדם צריך למצוא בעצמו, כאשר לכל אדם תמצא משמעות שונה אשר גם היא משתנה בהתאם לזמן ונסיבות חייו. מתרבים האנשים בעידן המודרני הסובלים מחוסר משמעות בחייהם ("ריק קיומי") כאשר הסימפטום הנפוץ שלה הוא שעמום. אותו מחסור במשמעות עלול לגרום לרבות מהבעיות והסבל הנפשי שחווים רבים בעולם המודרני ולכן מציאת המשמעות צפויה לפתור בעיות אילו. לכל אחד יש ייעוד משלו, לכל אחד יש משימה שדורשת הגשמה. לכן, אי אפשר להחליפו, לכל אדם יש משימה ייחודית לו אשר אדם אחר לא יכול לבחור להגשימה עבורו ובאותה הדרך.

לפי תפיסתו של פרנקל, עיקר שאיפתו של האדם הוא לממש את המשמעות, הפשר של חייו, של ערכיו הפנימיים, ולכן, אם ימצא הפשר והתובנה הפנימית, אזי גם ייפתר חלק ממצוקתו הנפשית של "החולה". כאשר אדם הוא מוגבל הוא עדיין יכול להגשים את עצמו, והדבר נכון גם לסיטואציות הקשות ביותר שאדם יכול לעמוד בהן (פראנקל ו', 1981). פרנקל מוסיף ואומר כי כך היה עליו ללמוד בעת ששהה במחנה הריכוז, כיצד ללמד את עצמו למצוא חשיבות ומשמעות לחיים גם כאשר משמעות כזו אינה נראית לעין וקשה מאוד לזהות משמעות כזו בחיים קשים, אשר נראים חסרי תכלית ואשר יכולים להסתיים בכל רגע נתון. לדידו של פרנקל אדם לא יכול להמשיך את הקיום שלו אם אין לו שאיפות אל העתיד, העתיד הוא זה אשר נותן משמעות להווה, או במילים אחרות המבט לעתיד והתקווה לעתיד נותנת את המשמעות בהווה. (פראנקל ו', 1981). חלק מן העיסוק של אדם הוא למצוא, ולא להמציא, את המשמעות בעתיד, את התקוות ואת הפעולות שהאדם יוכל לבצע בעתיד על מנת לתת לעצמו את התקווה ואת היכולת לשרוד את היומיום בהווה. הדבר לא רק נכון למציאות בה חי פרנקל באותה העת, אלא הדבר נכון לגבי בני האדם באופן כללי (פרנקל, 1981).

פרנקל מציין כמה דרכים בהן האנשים מצליחים למצוא משמעות לחייהם. הדרך הראשונה היא מה שפרנקל מגדיר "השאיפה לפשר". הכוונה כאן היא כי כדי למצוא משמעות לחייהם על האדם למצוא טעם מוחשי בקיום האנושי, כלומר להגדיר לעצמו את טעם הקיום שלו. לאחר שהאדם מוצא משמעות הוא מוכן לבצע פעולות על מנת להגשים את המשמעות שהוא מצא. מכאן אנו מגיעים לרעיון נוסף של פרנקל שבו האדם מוצא משמעות לחייו. את משמעות החיים ניתן לחלק לכמה דרכים שונות בהם האדם מקבל את המשמעות שלו (פראנקל ו', 1981).

ראשית, אדם מוצא משמעות בדברים שהוא מעניק לעולם בו הוא קיים. הוא מציין למשל את העבודה שאדם עובד (למשל בשדה) אשר מניב פירות מסוימים לעולם ובעצם תרומתו של האדם לעולם הוא מקבל את המשמעות שלו. שנית, האדם מוצא משמעות במה שהוא מקבל מן העולם, כלומר דברים אשר אדם לא נולד עמם אבל רכש מן העולם בשלב מסוים בחייו מעניקים לו את המשמעות. שלישית, האדם מוצא משמעות על ידי אופן ההתייחסות שלו אל המצב שלו בעולם. כל מצב שהאדם מוצא בו החיים מכיל בתוכם משמעויות שונות אשר רלוונטיות לגביו ולכן אין החיים יכולים להיות חסרי משמעות שהרי הם מורכבים מסיטואציות אשר האדם פועל בהם באופן מושפע ומשפיע (פרנקל, 1981).

יש לשים לב כי לדידו של פרנקל אין האדם ממציא את המשמעות (כפי שסברו אחרים), אלא האדם צריך למצוא את משמעות החיים. קיימים מספר גדול של משמעויות אשר מתאימות למצב או זמן של אדם מסוים. על מנת למצוא את המשמעות הזו על האדם להיות חופשי בנוגע להחלטות אשר נוגעות לחייו. זהו, אם כן, הדרך השלישית למציאת המשמעות.

לפי גוטמן (2007), שאלת משמעות החיים עולה בכל פעם מחדש, כשהחיים מזכירים לאדם כי הוא נמצא בעולם הזה רק לתקופה קצרה, וזוהי הסיבה לכך ששאלה זו מעסיקה קשישים. בנוסף הוא טוען כי השאלה חוזרת ועולה מחדש ברגעי משבר. בגיל השלישי ניטלה מן האדם זהותו הקודמת, שאלה היה רגיל, למשל הזהות התעסוקתית. גמליאל וחזן (2003) מכנים זאת "בעיית הזהות העצמית בזקנה המאוחרת" (שם). ניתן להסיק מכך שזהות אישית מספקת לאדם מבנה מארגן, המאפשר לו לחוש משמעות ושלווה נפשית. לעומת זאת, בהיעדר מתעורר חסך, כמו גם צורך פסיכולוגי להגות במשמעות החיים ולחפש אחריה. לאחר ניסיון של חיים שלמים, נשאלת השאלה על משמעות החיים, ואצל חלק מהקשישים מתגבשת בעקבות ניסיון זה ידיעה פנימית שלמעשה אין משמעות לחיים (גמליאל וחזן, 2003).