

Vibeke Dyhrchrone

Verdensbillede og verdenstilblivelse

Den eksistentielle grundkonflikt Integritet og samarbejde er en løbende udfordring for hver især af os. Både i det store universelle perspektiv og i det mere hverdagsprægede liv, hvor det er en daglig øvelse at finde balancer imellem at stå ved sig selv og at passe ind. En for stor vægtning til den ene eller den anden af siderne har stor betydning for vores 'væren-i-verden' både på et kollektivt og på et personligt plan.

Som børn er vi tilbøjelige til at samarbejde, fordi vores overlevelse afhænger af om vi har plads i fællesskabet, hvilket for et barn oftest vil sige i familien. Imidlertid kunne det godt se ud som om, at vi ikke sådan uden videre vokser fra denne tryghedsstyrede adfærd. Det lader til at være kendetegnende for os som menneskehed, at vi hellere tilpasser os frem for at stille os uden for fællesskabet. Det har bl.a. som konsekvens, at vi uden at tænke over det følger de spor, som er nedlagte i os gennem vores opvækst og gennem den kultur vi er født ind i. Vi mennesker har i dette perspektiv en tilbøjelighed til at leve uautentisk dvs. "uegentligt" (Heidegger 2007) eller "i ond tro" (Sartre 2008). Vores tryghedstilbøjeligheder lægger sig som en slags "buffer" mellem os og eksistensen, forstået som relationen mellem mennesket og verden. Bufferen har karakter af sovepude, for vi falder ligesom i søvn i vores eget liv - tager ikke stilling – vælger ikke bevidst, men følger "bevidstløst" normer og regler. .

Gevinsten ved denne ureflekterede måde at være i verden på er, at vi slipper for det ubehag, som de tre eksistentielle grundprincipper (Spinelli 2008) ellers er garant for. I det eksistensfilosofiske perspektiv er illusionen om kontrol og tryghed imidlertid dyrt købt, og prisen er vores autenticitet og integritet. Sat på spidsen er det at leve "i ond tro" – altså at nægte, at se verdens usikkerhed og absurditet (det, at den er grundlæggende meningsløs) i øjnene - et filosofisk selvmord.

Mennesket kan til forskel fra andre dyr ikke være ét med den verden, det lever i. Vi kan ikke med Camus' ord i "Sisyfos myten", være den verden som "hele vores bevidsthed bringer os i modsætning til." (Camus 2004: 56) Menneskets lod er at leve i kløften mellem verden, som vi forestiller os den, og verden som den møder os. Det er netop dette "lod", som undersøges nærmere i dette kapitel.

Den amerikanske psykiater og eksistentielle psykoterapeut Irvin D. Yalom slår fast, at vi som mennesker er notorisk meningssøgende (Yalom 1998). At miste mening er en kritisk tilstand, fordi det stiller os i det åbne – i fænomenernes storm – vor overlevelse ligger i vores evne til at skabe mening på ny. Meningsdannelse er dannelsen af en struktur – et fikspunkt, noget at holde os til, som er rimeligt stabilt og forudsigeligt. Det er selve forudsætningen for at kunne leve fremadrettet. Den tyske filosof Frederich Nietzsche (1844-1900) berømte udsagn: "Har man sit hvorfor? Så forliger man sig med næsten ethvert hvordan?" (Nietzsche 1993) synes at afspejle essensen i disse betragtninger.

Imidlertid ligger det i det givne grundprincip om Eksistentiel usikkerhed, at vor virkelighedsopfattelse, som er den struktur, der holder sammen på vores verden, hvert øjeblik det skal være, kan blive

udfordret og destrueret: Tilværelsen kan skride under os, når vi pludseligt konfronteres med den nøgne eksistens – vor udsathed. Vi bliver måske syge, bedraget, mister en betydningsfuld anden . Virkeligheden ændre karakter, og vi er nødt til at finde os til rette med vilkårene – dvs. konstruere ny mening.

Det lader til, at vi mennesker står i et dilemma mellem proces og struktur. Dette dilemma benævner Spinelli: Verdenstilblivelse og Verdensbillede. Hvor Verdenstilblivelsen omfatter det ontologiske, eksistensens evige foranderlige og flydende karakter, står Verdensbilledet for ontisk betinget struktur. Et eksempel til illustration kunne fx være dette: I min umiddelbare fænomenologisk sansende oplevelse af eksempelvis en blomsterbuket i en vase, stopper jeg op og konstaterer, at det er et smukt syn. Min aktuelle fortolkning har rødder i en vanemæssig opfattelse af, at friske blomster i en vase er smukt, som igen er affødt af en endnu dybere overbevisning om, at blomster må være friske for at være smukke - modsat visne blomster, som er grimme, fordi de i mine øjne afspejler forgængelighed, som for mig måske er dybt skræmmende:

”Selve dette forsøg på at reflektere over, identificere og klarlægge verdenstilblivelsen opstiller en række tings-agtige eller strukturelle grundelementer, og dette skift fra proces til struktur må ydermere nødvendigvis være selektivt. (...) Når verdenstilblivelsen anskues på dette strukturelle og selektive niveau, bliver den til verdensbilledet.” (Spinelli 2009: 70).

I min oplevelse af det som træder frem for mig i det nuværende øjeblik, skubber jeg mig selv ud af nuet og anlægger et strukturelt perspektiv på blomstervasen, og dette perspektiv er udtryk for min ontiske strategi: Jeg beskæftiger mig kun med det, som jeg finder smukt i betydningen friskt og lydefrit – sådan beskytter jeg mig selv mod det faktum, at tiden går og alt er forgængeligt – og at jeg selv skal dø en dag.

På sin vis tager jeg på min indre nethinde et foto af buketten, der bekræfter min opfattelse. Det opleves meningsfuldt, for synet af friske blomster i en vase giver mig en behagelig følelse. På denne vis opretholder jeg måske et billede af at være udødelig, og så slipper jeg for at føle ubehag over at tiden går og klokken slår. Spinelli ville sige, at jeg med min fastholdelse af den perfekte buket har en sedimentering, som lyder: *Jeg accepterer ikke forfald*

Sedimentering

Sedimentering refererer med Spinellis ord til fastlåste mønstre af rigide dispositionelle overbevisninger i verdensbilledet. Med dispositionelle overbevisninger menes summen af alle de værdier, synspunkter, attituder, meninger, antagelser og konklusioner samt de hermed forbundne adfærdsformer, følelser og emotioner, som gør sig gældende for min måde at skabe mening på (Spinelli 2009)

Verdensbilledet rummer, som Spinelli ser det, tre primære ”substrukturer”

1. Selv-definition: de dispositionelle overbevisninger, som udgør den konstruktion, som hedder 'selv' eller 'jeg'.
2. Anden-definition: De dispositionelle overbevisninger, der former den konstruktion, der betegner de andre
3. Verdens-definition: De dispositionelle overbevisninger, som ligger til grund for den struktur, jeg genkender som "verden".

Summen af disse:

4. De dispositionelle overbevisninger, som binder de enkelte definitioner sammen i indbyrdes forbundethed: Verdensbillede.

Et illustrerende eksempel – igen hentet fra blomsternes verden - kunne fx tage udgangspunkt i firmaet Interfloras tv-reklamer, som viser små humorristiske optrin, hvor hustruer overraskende inviterer deres ellers (forstår man) forsømte ægtefælle med i seng eller generøst serverer øl under hans fodboldkamp i tv - eller sågar tager ham på nakken til rockkoncert (så han bedre kan se) osv. Her synes den alt overskyggende antagelse at være, at mænd formilder kvinder, når de giver dem blomster. Skåret over Spinellis verdensbillede-læst, kunne det se sådan ud:

1. Selv-definition: Jeg er en betænksom og uselvsk ægtemand, når jeg stikker hende en buket.
2. Anden-definition: Min kone finder mig uimodståelig, når jeg giver hende en blomst.
3. Verdens-definition: Kvinder er til falds for blomster.

Sammenholdt:

4. Jeg er en klog og generøs mand, som har forstået noget væsentligt om kvinder: De kan passiviseres med blomster. På den måde kan jeg som mand få det, som jeg vil have det – uden skyld – og kvinderne smiler oven i købet der til.

Her ud over gradbøjer Spinelli de dispositionelle overbevisninger i verdensbilledet:

1. De fleksible, lader sig udfordre og omfortolke.
2. De sedimenterede, ufleksible, resistente for udfordring.
3. De dybt sedimenterede, rodfæstede, urokkelige.

Overført på Inter-flora eksemplet:

1. Min kone finder mig uimodståelig.
2. Kvinder er til falds for smiger.
3. Mænd må liste deres behov igennem hos kvinder.

Det er et vilkår, at Verdensbilledet ikke fuldkomment kan afspejle Verdenstilblivelsen. Der vil altid være dissonans. Vor mand fra eksemplet må se sit verdensbillede alvorligt udfordret den dag hans kone prompte parkerer Interflora-buketten i affaldskurven. Han vil imidlertid ved samme lejlighed få mulighed for at genoverveje nogle af sine dispositionelle overbevisninger: At han er en uselvsk og betænksom ægtemand, at kvinder kan bestikkes med blomster, at kvinder finder hans behov

uacceptable. En proces (verdenstilblivelse), som åbner mulighed for et ændret syn på mænds og kvinders behov.

Dissociering

Vi er utilbøjelige til at opgive vore sedimenteringer, netop fordi opgivelsen udsætter os for usikkerhed og angst. Spinelli beskriver de strategier, vi anlægger for at kunne fastholde status quo. Dissociering vedrører eksempelvis den strategi, vi anvender, når vi fastholder vort sedimenterede verdensbillede ved at distancere os fra eller benægte dét, som udfordrer det.

Vender vi for en stund tilbage til eksemplet "vasen med blomster", så kan jeg for at bevare min sedimentering "Friske blomster er smukke" ignorere, at der i buketten befinder sig en halvvisse lilje, og at rosen har tabt de fleste af sine blade. På denne vis kan jeg fastholde *éntydigheden* i min oplevelse – og undgår herved at skulle forholde mig til den kompleksitet, der ligger i, at vasen både rummer noget, jeg synes er smukt, og noget, jeg synes er grimt - hhv. friske og visne blomster. Denne udfordring ville forstyrre mig. Min oplevelse af blomsterne ville måske blive forvirrende, ambivalent og derfor mindre behagelig – eller ligefrem meningsløs.

Spinelli beskriver to måder dissociering udtrykker sig på. Her gengivet i resumeret form:

1. Sedimenteringen opretholdes ved at undertrykke eller benægte den erfarede udfordring. I den ene ende af spektret er det beskrivende for vores adfærd ved traumatiske hændelser og i den anden hverdagens forglemmelser, "når vi kommer til at...", afvisninger.
2. Sedimenteringen bevares ved at omdirigere udfordringen til en del af verdensbilledet, som ikke er nær så sårbart overfor udfordringen (Spinelli 2009:79).

Beslægtet hermed er begrebet projektion: Det vi finder uacceptabelt hos os selv og i strid med vores selv-definition, omdirigerer vi og genfinder det over i den anden, hvor vi så kan distancere os fra det evt. fordømme det.

"Mens verdensbilledet skænker mennesker de nødvendige redskaber til at skabe mening i deres erfarede væren, udfordrer og udvider verdenstilblivelsen uophørligt grænserne for en sådan mening og leder derved mennesket i retning af oplevelsen af meningsløshed. Det bliver nødvendigt for os alle at styre en nogenlunde ret kurs mellem mening og meningsløshed. Verdensbilledet er denne kurs. Selv om verdensbilledet er den strukturelle afspejling af verdenstilblivelse, fordi det er en struktur, kan denne spejling kun blive ufuldkommen og kompromitteret. Og fordi det er en struktur, kræver opretholdelsen af verdensbilledet et mindstemål af sedimentering og dissociering, så det kan modstå den fulde virkning af verdenstilblivelsens uophørlige, dekonstruktive udfordringer." (Spinelli 2009:81-82)

Verdenstilblivelse står for åbenhed, Verdensbillede for lukkethed. Åbenhed er det samme som frihed, og modsat, lukkethed er det, som begrænser denne frihed. Verdensbilledet er den konstruktion, som giver min verden mening, jeg må kunne forstå for at kunne handle. Paradokset ligger i, at Verdensbilledet både er min kreative måde, som jeg kan være i virkeligheden på og samtidig lægger det sig imellem mig og selvsamme virkelighed. Imidlertid er der forskel på, hvor hårdt jeg lukker

døren til Verdenstilblivelsen med mit Verdensbillede. Hvis mine sedimenterede holdninger er absolutte, rigide eller fundamentalistiske, ja, så får jeg svært ved at udvikle mig gennem livet, al den stund, at udvikling er proces, som fordrer en vis åbenhed i forhold til at kunne sætte spørgsmål ved mig selv, de andre og ved verdenen. Omvendt tåler jeg ikke virkeligheden blottet for sedimentering, jeg ville ikke kunne orientere mig rumligt og værdimæssigt (visse psykoser udtrykker sig netop ved den manglende evne til meningsdannelse), jeg ville ikke have nogenlunde robuste retningslinjer for hvem og hvad jeg er, hvem og hvad de andre er, og hvordan verden er.

Råstoffet til min sedimentering er de erfaringer, jeg erhverver mig i samspillet med mine forældre, mig selv, fysiske ting, begreber, kammerater, pædagoger, lærere, tv, bøger og aviser (Hansen 1998) – kort sagt gennem mine relationer.

Som altid er der tale om balancer – aktuelt balancer mellem antagelser og transparens. Måske er det nødvendigt for mig som voksen at fastholde mine i barndommen formede sedimenterede antagelser mere eller mindre mod bedre vidende af frygt for, at mit verdensbillede ellers helt ville falde fra hinanden og efterlade mig i kaos, prisgivet netop den angst, jeg søger at værne mig mod (Hansen 1998).

Netop dette forhold har stor betydning i den psykoterapeutiske kontekst. Det er i det eksistentielt terapeutiske perspektiv ikke terapeutens opgave at overtale klienten til at kassere, hvad der for terapeuten måske ligner væksthæmmende forsvarsstrategier. I den eksistentielle tilgangs perspektiv ville det være svigt at rive klientens barnetro ned og herved efterlade klienten et sted, hvor der endnu intet er at sætte i stedet. Psykoterapeutens opgave er derimod, at støtte klienten i en undersøgelse af sine fastlåste opfattelser og derved hjælpe klienten til at smage på en mere voksen tilgang til tilværelsen. Så at sige at inspirere klienten til at kigge igennem sit verdensbillede og således skabe grobund for opdagelsen af de muligheder, som gemmer sig bag. Dette indebærer, at jeg som klient uvægerligt vil møde meningsløsheden, men i doser, jeg kan tåle og i sammenhæng hermed muligvis få øje på de håb og muligheder, som ligger i verdenstilblivelsen, uden at jeg overvældes.

Litteratur:

Camus, Albert (2004): Sisyfos myten. København: Gyldendal.

Hansen, Karsten Borg: Den ligeværdige dialog. København: Dansk Psykologisk Forlag.

Nietzsche, Frederich (1888/1993): Afgudernes ragnarok eller hvordan man filosoferer med hammeren. København: Gyldendal.

Spinelli, Ernesto (2008): Eksistentiel psykoterapi i praksis. København: Hans Reitzels Forlag.

Yalom, Irvin D. (1998): Eksistentiel psykoterapi. København: Hans Reitzels Forlag.

