

Den lidande psykoterapeuten

- en essä som med sin fördjupning i Kierkegaards filosofi, vill undersöka färdigheten att lida som receptivitet, förståelse och utsatthet

Av: Ia Mårtensson Astvik

Handledare: Jonna Lappalainen
Södertörns högskola | Institutionen för kultur och lärande
Centrum för praktisk kunskap
Masteruppsats 30 p
Ämne | Den praktiska kunskapens teori



Sammanfattning

I den här essän utforskas en händelse där en psykoterapeut under ett samtal upplever sig drabbad i förtvivlan av två ögonblick i ett professionellt samtal. Mot bakgrund av den händelsen avtäckts betydelsen och meningsfullheten i att lida, specifikt som en möjlig färdighet hos psykoterapeuten. Det görs genom utforskning av vad att förstå, vara receptiv och erfa förtvivlans utsatthet kan betyda för en psykoterapeuts kunnande med hjälp av filosofen Søren Kierkegaard. I essän lyfts inledningsvis problemet mellan naturvetenskapens strävan att säkerställa våra liv genom diagnostiska termer och det existentiella mänskliga villkoret att lida fram. Genom utforskandet tydliggörs hur den naturvetenskapliga synen på människan subtilt förskjutit ett lidande till något som i vissa fall först och främst ges namn via en diagnos eller med annan terminologi och med det förlorar en egen legitimitet men som även gör oss sämre förberedda att lida. En fråga som ställs och ges svar på är om en psykoterapeuts färdighet att lida indirekt kan legitimera lidande genom just den färdigheten. Kierkegaards texter används för att både förstå och ge lidande dels den legitimitet som lidande bör få dels se lidande som en stilla revolutionär handling genom hans blick. Ett avgörande moment som visade sig ta psykoterapeuten från förmågan att lida till färdigheten att lida var tigan.

Nyckelord: Kierkegaard, lida, psykoterapi, praktisk kunskap, förståelse, receptivitet, utsatthet, tigan

Abstract

This essay explores an incident in which a psychotherapist during a conversation finds himself struck with despair by two moments in a professional conversation. Against the background of that event, the meaning and meaningfulness of suffering is revealed, specifically as a possible skill of the psychotherapist. It is done by exploring what understanding, being receptive and experiencing the vulnerability of despair can mean for a psychotherapist's skills with the help of the philosopher Søren Kierkegaard. The essay initially raises the problem between natural science's endeavor to secure our lives through diagnostic terms and the existential human condition of suffering. Through the research, it is made clear how the natural scientific view of man has subtly shifted suffering to something that in some cases is first and foremost given a name via a diagnosis or with other terminology and with that loses its own legitimacy, but which also makes us less prepared to suffer. A question that is asked and answered is whether a psychotherapist's skill in suffering can indirectly legitimize suffering through that very skill. Kierkegaard's texts are used to both understand and give suffering the legitimacy that suffering should have and see suffering as a quiet revolutionary act through his eyes. A decisive moment that proved to take the psychotherapist from the ability to suffer to the skill to suffer was silence.

Key words: Kierkegaard, suffering, psychotherapy, practical knowledge, understanding, receptivity, vulnerability, silence

Till P

*den som inte lyssnar till det obegripliga
kommer aldrig att förstå nånting
vi är inte bara det vi är
-vi blir det vi ser*
Bengt Berg

INLEDNING.....	5
<i>EN MORGON 2021</i>	<i>5</i>
INLEDANDE RESONEMANG MED FRÅGOR	7
<i>VAD HANDLAR DET HÄR EGENTLIGEN OM?</i>	<i>7</i>
METODEN	14
<i>DEN PRAKTISKA KUNSKAPENS UNDERSÖKNINGSMETODER</i>	<i>14</i>
<i>ETT SLAG FÖR ESSÄN</i>	<i>16</i>
<i>SÅ HÄR HAR JAG GÅTT TILLVÄGA</i>	<i>20</i>
UTFORSKANDET	23
<i>OCH ORDET BLEV KÖTT – DET FÖRLORADE FOT- OCH ORDFÄSTET</i>	<i>23</i>
<i>UTSATHETEN I ATT FÖRSÖKA FÖRSTÅ</i>	<i>25</i>
<i>FÖRSTÅ UTAN ATT TÄNKA.....</i>	<i>30</i>
<i>RECEPTIVITET SOM MOTSTÅNDSKRAFT</i>	<i>32</i>
<i>FÖRTVIVLAN – KIERKEGAARDS SJÄLV</i>	<i>37</i>
<i>KIERKEGAARDS TIGANDE.....</i>	<i>45</i>
<i>NÅGRA ORD OM UPPMÄRKSAMHET – WEILS ATTENDRE</i>	<i>53</i>
<i>LIDANDETS LEGITIMITET FÖR DEN LIDANDE PSYKOTERAPEUTEN.....</i>	<i>55</i>
<i>KÄLLHÄNVISNING</i>	<i>57</i>

Inledning

I den här essän undersöker jag om färdigheten att lida kan ses som ett kunnande i den psykoterapeutiska professionen. Genom linsen av ett personligt erfarande i ett drabbande samtal prövas förmågan att lida till en färdighet att lida.

*Jag ropar ut mitt innersta hav
Jag ropar ut all min skit och mitt
skav
Och i det rummet vi delar i lugnet
Och allt blir varligt och går att va i.¹*

En morgon 2021

Hon kommer till min mottagning på Bastugatan nära Riddarfjärden som jag precis passerade över i snålblåsten. Jag såg två svanar flyga över Centralbron – de har inga restriktioner, tänkte jag och kände för en kort stund deras frihet i vingslagen. Flygplanen från Bromma står parkerade någonstans för ingen flyger och himlen är vacker och ren. Vi är mitt i covid-19 pandemin, fordonen är få, tunnelbanevagnarna visar sin ödslighet då de med dystert sken gnisslar fram bredvid bron.

Men där står hon i hallen med sin väska, jacka, paraply och ser möjligen lite osäker ut då våra blickar möts. Den svagt upplysta hallen gör hennes konturer vaga, men jag ser hennes kläder i jordfärgade nyanser rama in ett vänligt öppet ansikte. Hon ler. Vi säger hej. Hon är IVA-sjuksköterska och har arbetat med covidpatienter sedan epidemin bröt ut. Vi har haft kontakt via mejl där hon beskrivit hur hon nu, efter ett intensivt arbetande ”fallit ihop” och är sjukskriven för utmattningssyndrom, depression och ångest. Hon lider av sömnsvårigheter och får plötsliga ångestattacker. Det är vad jag vet då hon står där i mitt väntrum på min mottagning. Jag är ensam, mina kollegor arbetar digitalt då världen i princip är nerkläckt och närkontakt med andra av sällsam art. Jag har bestämt mig för att i möjligaste mån möta mina

¹ Parkman, Sara, *Jag ropar*, på musikalbumet *Vesper*, 2019.

patienter fysiskt trots den ökade smittorisken –för att jag upplever mötet med den andre mer detaljrik med våra kroppars hela närvaro. Men också att pandemin med dess smittorisk har fört oss från varandra när vi egentligen behöver varandras närhet mer än någonsin. Det är en mycket märklig, svår och speciell tid för oss båda, världen och de mänskliga relationerna.

Jag visar in henne i mitt mottagningsrum, ett rum med två fyllda låga bokhyllor längst två av väggarna, några tavlor, skrivbord och en, enligt mig, varm belysning. De två stolarna som är avsedda för samtal – placerade snett mitt emot varandra –har fått ett något ökat avstånd på grund av pandemin. Vi sätter oss ned. Sedan sitter hon tyst, ser ner på sina händer. Den analoga klockan tickar högre i en värld som är tystare utanför fönstret. Jag väntar in henne, märker en stillhet, som en långsam utandning. När jag tittar på henne är det som att jag har ett naturväsen framför mig, jag kan inte förklara eller greppa det men det är en känsla av just ett naturväsen. Mötet med henne i stunden konturerar fram ett väsen som rör sig mjukt svävande långsamt en bit över marken. Hennes färger är jordens, ögonen klarblå. Här finns inget hotfullt, är känslan jag överraskande erfar. Det noterar jag via min lugna andning och atmosfären i rummet. Här finns ingen stress. Och kanhända möts vi i den känslan, kanske inte, tänker jag – jag är i alla fall avslappnad med absolut fokus på det som är och anar min nyfikenhet: -vem är hon?

Efter en stund lyfter hon blicken, tittar upp och det första hon säger är: ”Jag är så trött på allt lidande” och hennes tårar kommer. I den stunden responderar en klar röst, liksom smärtsam, inom mig: ”Ja, det är jag också, jag är så trött, så trött på detta lidande”. Rösten som ljuder inom mig skakar om mig och för en kort stund vill jag gråta tillsammans med henne. En oerhörd och helt oförberedd stark smärta griper tag i mig. Jag gråter inte men det drar intensivt i mina ögonvrår av tårar som vill ut. Inom mig blir det alldeles tyst, inte en tanke inte en endaste rörelse. Hela världen jag står i är stilla och allt jag förnimmer är hennes blick, hennes nyss sagda ord som hänger kvar i luften mellan oss. Men det gör ont. Det gör så förtvivlat ont. Jag låter blicken falla på henne och håller mitt inre med stadig fast hand och en tystnad lägger sig som inte har någon känsla av tid. Det är som att tid och rum inte ens existerar. Därefter sägs och formuleras händelser mellan oss men ordet lidande, blir centralt både i samtalet men framför allt i stämningen mellan oss – det är som att det är något vi båda vet och som vi vet att den andre vet – vi vet och vi trevar.

Jag får minnesbilder när jag fortsätter lyssna till hennes berättande. Bilder från jul-och nyår då jag var placerad på en covid-IVA avdelning på ett större sjukhus - som ”stöd-, resurs- och samtalsperson” och i dem ser jag hennes arbetsituation inför mitt inre. Skyddskläderna, ansiktsmaskerna, handskarna, hårnäten och visiren. Men framför allt alla dessa kroppar, slangar och pipljud från mätinstrumenten. De varsamma samtalen av personalen till

människorna försatta i lätt narkos i sängar på rad. Hur någon stilla tar sitt sista andetag, och sedan en annan. Någon ny tar den tomma platsen. Jag kan följa hennes försök till att berätta det som jag så innerligt förstår är helt nya berättelser i en mellanmänsklig värld. Men under berättelsen från henne är det inte detta scenario som fått henne att falla, det är en annan parallell händelse som blir ett slags förlorat steg rakt ut i en tomhet; det är mannen som faller på sin cykel på väg till arbetet och bryter nacken. Hans skada innebär respirator och förlamning av allt som är ett eget liv för all tid framöver. Det är hans ögon, hans blick hon möter och med den de kommunicerar med varandra under några veckor – och det är då hon börjar se, som jag förstår det - först hans lugn och tilltro, sedan en stegrande oro som växer till panik för att därefter övergå i en total uppgivenhet. Där någonstans, i den sista blicken, den uppgivna, faller hon, förlorar sin gravitation och sitt patos att lindra lidandet – det är som att det inte hjälper längre. Jag faller också och på vägen hem gråter jag efter min arbetsdag och i huvudet rullar, obegripligt: ”ord blir till kött” – likt en ledstång jag famlar efter.

Inledande resonemang med frågor

*Denna beröring med
verklighetens osynliga kärna är
så fullkomligt ren.²*

Vad handlar det här egentligen om?

När jag nu sitter här och ska utforska det jag kommer kalla händelsen, och som ni precis fått ta del av, har det gått två år. Pandemin har lagt sig och flygplanen visar åter sina smått vulgära bukar ovanför mig på himlen då jag tar samma promenad över Riddarfjärden. Tunnelbanevagnarna gnisslar vidare över bron nu fyllda med kroppar tätt inpå varandra på väg till arbetsplatser, gym eller andra förpliktelser — med ett obehagligt krängljud efter sig: *har pandemin hänt?* Jo, pandemin hände och jag vill tro att den gav oss en möjlighet erfara vår utsatthet och sårbarhet som människor. Som ett tillfälle att kännas vid den skörhet som alltid finns där i periferin, under pandemin som så mycket mer märkbar, nu två år senare nästintill överklig. Den här händelsen har inte lämnat mig inte ifred så bakgrunden till essän är ett sätt att via en professionskontext försöka förstå och formulera det jag som människa med lång

² LInspector, Clarice, *Levande Vatten*, Stockholm, Bokförlaget Tranan, 2007, s.26.

psykoterapeutisk yrkeserfarenhet var med om den där dagen i det där samtalet som jag aldrig tidigare varit med om.

Ögonblick i ett begynnande samtal — mellan en människa vars fokus är att lindra själens lidande och en annan kroppens. Två människor som dagligen behandlat och bemött lidande - båda våras långa erfarenhet av lidande inom våra professioner förenade oss. Vi visste och vet båda något om lidande och vi har sett otaliga uttryck från lidande ansikten. Ett lidande - länkat genom kropp och själ och våra professioners fokus på olika dimensioner av den. Det är intressant att notera vår hållning och inställning till lidande då det formulerades i rummet. Det var som att där fanns en tyst ömsesidig förståelse av det, vad det innebär och betyder i båda våra praktiker — vi behövde inte alls uttala vad vi var trötta på eller förhandla om vad det betydde för var och en; vi visste. Som om lidande fanns för oss i en kontext av en gemensam ordlös begriplighet. Vad det betydde för henne i stunden har jag ingen aning om — vi uttalade det inte och jag frågade inte. Inte heller skulle jag direkt i stunden kunnat formulera lidande. Men hennes uttalande träffade mig och jag tror även henne. Jag minns omskakningen som ett mistandet av fotfästet, ett steg ut i ett ingenting. Det var som att hennes ord under ett ögonblick avtäckte något som briserade. Som att det där och då uppenbart fanns något dolt under båda våra vardagars yta och att jag under ett ögonblick drabbades av åsynen av det — jag kan, just nu, bara benämna det som en upplevelse av att utan något som helst skydd se rakt in i lidandets innersta kärna. Vad jag erfor liknar jag vid en total förtvivlan och en upplevelse av ensamhet — i samma förtvivlan och ensamhet satt jag stilla kvar med henne och orienterade mig i ett ögonblick av ett absolut okänt. Jag grät vägen hem men det var märkligt nog inte enbart förtvivlans tårar, där fanns även en känsla av befrielse i dem. Väl hemma somnade jag och sov sedan djupt i nästan 10 timmar. Inom mig dök bibelcitatet *och ordet blev kött*³ upp igen och igen. Händelsen ville, via bibelcitatet, med stor sannolikhet formuleras, det var så jag förstod det. Just precis efter händelsen hade jag inte kunnandet att begripliggöra omskakningen och det förlorade ord- och fotfästet. Jag behövde helt enkelt förstå vad som hänt.

I min praktik som psykoterapeut möter jag lidande och jag möter det med mitt själv som alla psykoterapeuter — ett själv förberett med specifik formell kunskap, förmåga och färdighet att ensam hantera lidande genom språk och handling som medel.⁴ En formell kunskap som lärs ut

³ Evangeliet enligt Johannes, 1:14.

⁴ Kanske det uppstår en undran inför varför jag skriver både förmåga och färdighet (vilket jag även kommer uttrycka under essäns gång) två snarlika substantiv, så låt mig klargöra den skillnad jag hävdar de har redan nu. Förmåga ser jag som en kapacitet, en kapacitet som i det här sammanhanget kan ses som en professions inre förutsättningar – alltså ett kunnande som finns eller lärs under år av erfارande och blir till en förkroppsligad kunskap. Färdighet blir det som visar sig i handling utifrån förmågan och som gestaltar sig som skicklighet mot

på godkända lärosäten i Sverige, yrkestiteln är reglerad och skyddad enligt svensk lag.⁵ När så den formella kunskapen singlat ner vävs den samman med var och ens personlighet, sinnelag och livserfarenheter där den lägger sig tillräta i bakgrunden hos praktikern men både förmåga och färdighet fortsätter förfinas allt eftersom samtalen och möten med människor oavbrutet försiggår. Allt eftersom de unika livsberättelserna i ett mottagningsrum tar form. Allt eftersom psykoterapeuten berörs och berör. Allt eftersom lidande pågår som en absolut del av livet. Något som psykoterapeuten med stor sannolikhet utvecklar är både förståelse och receptivitet och med dem en troligen ökad utsatthet, som i mitt fall visade sig som förtvivlan. Som den partner vi blir och är för patienten i lidande skulle jag påstå att dessa förmågor är av betydelse för att kunna upprätthålla en god och välvillig relation.

Jag skriver lidande, tänker lidande efter händelsen 2021 men i ärlighetens namn är det ett ord jag inte använt vardagligt under mina yrkesår. Med stor sannolikhet är det nog så att lidande som formulering i vardagens samtalande fått stå tillbaka inom min profession medan det funnit ett större utrymme inom den somatiska vården — för där finns den väl beskriven och möjligen framskriven i en tydligare greppbar form genom den fysiska påtagligheten.^{6 7} Där skrivs lidande fram tillsammans men även synonymt med smärta. I mitt skrå skrivs lidande egentligen fram ur andra begrepp; diagnoser och/eller syndrom. Inte så att lidande eller innebörden av det på något vis är nytt, det är min profession, min praktik att möta och använda mig av — mina patienter lider ju på ett eller annat vis. Men själva *ordet* lidande med dess innebörd är mer ovanlig i språkandet. Snarare benämns det just genom ett annat såsom psykisk ohälsa, ångest, depression — likt ett utifrånperspektiv, svepande ur en diagnostisk kontext.⁸ Låt mig ge ett exempel ur Socialstyrelsens PM *Begrepp inom området psykisk ohälsa*, där finns att läsa: *Psykisk ohälsa är ett samlingsbegrepp för tillstånd med olika svårighetsgrad och varaktighet. Hit hör både psykiska besvär och psykiatriska tillstånd. Gemensamt är att båda orsakar lidande [...]*⁹ Definitionen av lidande blir diffust och beskriver egentligen inte lidande i sig självt utan ett tillstånd som psykiatriska och psykiska besvär ger. Som att lidande ändrar

bakgrund av kapaciteten. Färdighet blir hantverket för en psykoterapeut i samtalet med sin patient. En färdighet som i sin tur ger mer förmåga och vice versa.

⁵ Lag (1984:542) om behörighet att utöva yrke inom hälso- och sjukvården m.m. Se vidare Universitet och Högskolerådet. Socialstyrelsen godkänner och ger legitimationen.

⁶ Bland annat: Haegerstam, Glenn, *Den lidande människan*, Skellefteå: Artos & Norma bokförlag, 2018.

⁷ Se även: Eriksson, Kate, (red) *Möten med lidanden*, Åbo Akademin: Reports from the Department of Caring Science 4/1993.

⁸ <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2021-4-7339.pdf>

⁹ https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/dokument-webb/ovrigt/pm_begrepp-inom-området-psykisk-halsa.pdf (min bold)

karaktär, blir svårfångat och oformulerat i sig självt. Det blir, som filosofen Fredrik Svenaeus beskriver i sin bok *Homo Patologicus*: [...] genom den medicinska beteckningen får lidandet en ny legitimitet och mening eftersom man kan hänvisa till något som det är.¹⁰ Lidande får med andra ord ingen egen legitimitet eller mening i sig självt utan en ny genom de medicinska beteckningarna. Och som jag läser det stöts lidande ut ur terminologin och människans existentiella villkor som något eget av värde och mening, att lida ges inga egna beskrivningar utan snarare omger en tystnad dess kärna. Svenaeus hävdar vidare i sin bok att den vetenskapliga utvecklingen genom denna förskjutning: *i själva verket gör oss sämre rustade att leva med det lidande som alltid kommer vara vår människolott*.¹¹ Och han vill, med sin bok, visa hur diagnoserna blir likt mönster, genom symtomkluster, för hur vi uppfattar oss själva och våra liv. Vi beskriver oss genom diagnosen och lidande som något eget bleknar bort för att aldrig göras tydligt i sig självt.¹² Att kunna lida lämnas oformulerat. Jag skriver kunna lida för jag tror, precis som Svenaeus skriver, att vi blivit sämre rustade att lida, men, som han skriver vidare:

Att lida är helt enkelt en del av det som hör till människans nödvändiga villkor [...].¹³

Ja visst är det som Svenaeus skriver, det behövs ingen evidensprövning för det konstaterandet, men utan en egen legitimitet blir våra möjligheter för lidande, som ett nödvändigt villkor, mycket små.

Något liknande Svenaeus, men från en annan vinkel, vill The New Yorker-journalisten Rachel Aviv lyfta fram i sin bok *Stranger to Ourselves*.¹⁴ I den utforskar hon hur vi förstår och ser på oss själva i kriser och prövningar. Aviv återger några människors livsberättelser utifrån hur de diagnoser och behandlingar de fått förändrat deras syn på sig själva och sin personlighet. Hon visar det genom att belysa relationen mellan diagnos och identitet och hur diagnoser vi kan få gör oss främmande inför oss själva. Men hon pekar också på hur kriser och prövningar i våra liv inte egentligen benämns som sådana just för att ett humanistiskt och holistiskt synsätt på en människas liv inte görs. Aviv citerar i sin text psykiatrikern och historikern Dorian Deshauer som menar:

¹⁰ Svenaeus, Fredrik, *Homo Patologicus*, Hågersten: TankeKraft förlag, 2013, s.27.

¹¹ Ibid, s. 27.

¹² Ibid, s. 13.

¹³ Ibid, s. 27.

¹⁴ Aviv, Rachel, *Stranger to Ourselves Stories of Unsettled Minds*, London: Penguin Random House, 2022.

Once you have abandon the idea of the personal baseline, it becomes possible to think emotional suffering as relapse – instead of something to be expected from an individual’s way of being in the world.¹⁵

Då vi mår sämre, efter att ha fått en diagnos, ses lidande snarare som återfall i sjukdomen och eventuell medicinering ändras och/eller ökas på; att se en människas livskontext bleknar bort. Den egna personligheten som en känsla av sig själv i en komplexitet av historia samtid och framtid, sociala och psykologiska förutsättningar förskjuts — med god hjälp av naturvetenskapen och inom psykoterapifältet den hyllade neurovetenskapen - till något långt bortom den humanistiska och holistiska människosynen.¹⁶ Lidande som en del av att vara människa döljs av en eller ibland fler diagnoser. Mot bakgrund av Svenaeus och Aviv men med en egen fördjupning av deras betraktelser tillsammans med händelsen jag var med om den där dagen 2021 har min nyfikenhet på *att* lida väckts snarare än *om*. Att lida, bakom och bortom symtom, diagnoser och behandlingsmanualer — de som hindrar oss att tala om lidandet som ett eget.

Så, till att börja med, vad betyder ordet lida egentligen? Lida betyder både passivt mottagande/tillstånd och att utstå. Dess latinska ursprung är *passio* och dess grekiska *pathos* vilka betecknar ett passivt tillstånd — lida eller utstå.¹⁷ Som lida har vi alla till exempel hört: ”dagen lider mot sitt slut” — som ett passivt mottagande av ett pågående skeende.¹⁸ Det är själva ordet. Men hur är då synen på att lida, utifrån dess mening med ovan beskrivning, från bland annat Socialstyrelsen? Har det i vår samtid bäring alls som ett passivt mottagande eller i att utstå? Eller är det snarare som så att det ska och bör avlägsnas? För om vi utgår ifrån att lidande är ett av människans livsvillkor behöver vi ibland ifrågasätta diagnostiken och vetenskapens utveckling, inte bara tro på den.¹⁹ För det är nog så ibland att den tron tar oss bort

¹⁵ Aviv, 2022, s. 197.

¹⁶ Orange, Donna, *The Suffering Stranger*, New York: Routledge, 2011, s. 9.

¹⁷ Franzén, Carin, Om den passion som kallas kärlek, i *Att tänka smärta*, (red) Sá Cavalcante Schuback, Marcia, Huddinge: Södertörn Philosophical Studies 5, 2009, s. 231. Patos och lidande språkligt hand i hand är spännande men kommer inte utvecklas vidare i essän. Bara nämns här i fotnoten. Om ni någon gång hört Leonard Cohens *Dance Me to the End of Love* rekommenderar jag lyssning av den för att få känslan av hur tätt sammanslingrade de två är, patos (passion) och lidande.

¹⁸ Kierkegaards passiv är inte vår motsats till aktiv, det betyder snarare att ta emot öppet utan att vare sig hindra, påverka eller benämna – snarare låta ske med öppenhet.

¹⁹ ”Vetenskapen är ett monopol, men inte på grund av en dålig organisering av den offentliga utbildningen utan till sin natur: de oinvigda har endast tillgång till resultatet, inte till metoderna, vilket innebär att de måste tro utan att kunna tillägna sig.” Weil, Simone, *Förtryck och Frihet*, Umeå; h;ström – Text & Kultur AB, 2023, s. 10.

ifrån förståelsen av och färdigheten i att lida. Och jag kan se utifrån min praktik att även jag ”luras” in i en illusion av att kunna trösta bort ett lidande; ett lidande som ett passivt tillstånd genom ett skeende — ett lurande jag kommer beröra och visa på längre fram. Det kanske låter lite egendomligt, jag finns väl ändå där i min profession som tröstande, botande? Jo, visst är det så, men jag kan efter det som hände skönja ett annat perspektiv på botandets och tröstens performativitet; det passiva mottagandet. Den här essän vill pröva utforska förmågan till ett sådant passivt mottagande och med den få en färdighet i att lida genom linsen av min profession — en lidande psykoterapeut som genom den färdigheten kan tillerkänna lidande som existentiellt grundvillkor för oss själva men även för våra patienter. Essän har därmed ingen ambition att utforska ett om lidande, snarare ett att lida. Inte heller vill den förringa diagnosers betydelse och behov av dem utan snarare se lidande som ett eget och som en del i att vara människa; *om vi upphörde att lida skulle vi inte längre vara människor [...]*, som Svenaeus skriver²⁰

Begreppet medlidande kommer inte heller utforskas då jag inte ser händelsen som något som helst ett uttryck för det. Däremot ser jag att lidande som en del i livet har förlorat en existentiell plats bland annat genom den styrande moderna diagnostikens vokabulär och med det även förlorat en meningsfull betydelse i en människas och en professions förhållningssätt, terminologi men även förhållandet till sig själv i professionen. Jag tror att det jag var med om var just *att* lida och som inte låter sig beskrivas utifrån det avstånd ett *om* kan låta sig göra. För om vi som Svenaeus hävdar blivit sämre rustade för att lida, hur kan att kunna lida synliggöras bortom och bakom symtom, diagnoser och andra medicinska termer — det som alla de hindrar oss att formulera och tala om i vardagen; att lida? Är det kanske så att en färdighet i att lida kan ses och lyftas fram som ett kunnande? Det är frågor som dessa jag söker finna svar på.

Men, varför är att lida intressant? Lidande i sig är intressant av den så enkla och samtidigt så djupt existentiella mening att lidande påminner oss om vår skörhet och sårbarhet — vår utsatthet i ett människoliv. Och jag vill tro att den påminnelsen blir en avgörande strävan för oss själva och för dem vi möter i psykoterapirummet. Men även för alla våra relationer ja, även den gentemot vår planet, så långt vill jag gå med lidandets förmåga och existentiella villkor. Kanske låter det svulstigt, då gör det så.

Det som sas i det första ögonblicket, hennes *jag är så trött på lidande*, min inre respons på det, följt av ett andra ögonblick — den absoluta tystnad som visade sig, satte fingret på en, i ögonblicket, oväntad utsatthet i kombinationen människa – profession. Som profession dels på

²⁰ Svenaeus, 2013, s. 27.

den plötslighet av okända stoff som kan visa sig genom den andres berättelse dels på den presumtiva utsatthet det innebär i och med professionens förväntade receptivitet. Som människa, just ur den här händelsen, att vi alla är lika nära förlusten, döden och smärtan.

I själva professionens praktik finns utsattheten utifrån just att ensam både vara redo och att aldrig veta vad som komma skall — samtidigt som vi bör vara den som vet och den som skulle kunna avlägsna det smärtsamma. Som psykoterapeuter är det möjligt att vår egen utsatthet och förtvivlan visar sig men skulle då kanske mer få beskrivningar och formuleringar som empatitrötthet eller kanske utmattning då vi egentligen själva erfar ett eget lidande — vi erfar vår egen skörhet och sårbarhet. Vi blir i ett tillstånd som trots vår långa utbildning aldrig, mig veterligen, benämns eller formulerats som ett eventuellt kunnande trots dess ständiga närvaro.

Händelsen avtäckte ändå något som än så länge ter sig svårt att formulera och greppa men filosofen Marcia Sá Cavalcante Schuback beskriver det hjälpsamt och dynamiskt genom sitt ”smärtans ansikte”:

[som] förorsakar både fullständig ordlöshet och radikalt skapande, både handlingsförlamning och ovillkorligt handlande [...] ²¹

Mot bakgrund av Sá Cavalcante Schubacks beskrivande moment, eller kanske rum, och skärningspunkter bryter det djup jag vill komma åt med den här essän fram: att utifrån händelsens ögonblick och ett smärtans ansikte med sitt fullständigt ordlösa försöka skriva fram, skapa och formulera en möjlig färdighet i att lida med hjälp av mina frågor. Det som skedde i de båda ögonblicken blev i sin plötslighet personlig och universell samtidigt — gick in både under och på huden, det handlade om mig som människa i livet, min profession, samtalandet med mina patienter och det praktiska handlandet. Handlingsförlamningen och ordlösheten ställdes på sin spets. Förståelsen och receptiviteten som en utsatthet i professionen visade sig och gavs möjlighet att genom ett kreativt ovillkorligt utforskande finna ord och meningar genom det oväntade sätt som gavs mig — min farfars bibelcitat *ordet blev kött*. Det blev ett sätt att ta mig bortom termer av diagnoser och/eller behandlingsplaner — citatet blev en öppning i det ordlösa.

Jag undrar också i utforskandet över vad som fordras för att kunna lida och vad spelar eventuellt ett sådant kunnande för roll i en profession som just hanterar lidande? Jag vill

²¹ Sá Cavalcante Schuback, Marcia, Smärtans närhet och distans i *Att tänka smärtan*, (red) Sá Cavalcante Schuback, Marcia, Huddinge: Södertörn Philosophical Studies 5, 2009, s. 137.

undersöka det utifrån förmågorna förståelse, receptivitet och förtvivlan i den utsatthet som visade sig.²²

Jag kommer närma mig de här frågorna med en filosofisk blick. En sådan blick bär dock den risken med sig att bli allt för bred så jag kommer framförallt rikta mitt fokus till Søren Kierkegaard. Valet av Kierkegaard blev ett tveklöst val utifrån alla hans böcker i ämnet - han, om någon, har ägnat många tankar åt lidande och just med sitt fokus på *att* lida. Donna Orange och Donnel B. Stern psykoanalytiker tillika filosofer bidrar med sina bådas perspektiv — filosofin och hantverket. Men även andra filosofer, poeter och författare kommer göra små givande besök. Jag kommer även kunna visa hur Kierkegaards texter blir ett bidrag till en praktisk kunskap i den psykoterapeutiska praktiken. Och faktiskt, vill jag tillägga utan att säga för mycket om essäns kommande slutord, blir Kierkegaards bidrag till lidande revolutionärt med sin motståndskraft mot diagnosernas och vetenskapens makt över människans förmåga att lida och sätta sig själv i ett sammanhang av personlighet, sinne, livserfarenheter och samtid.

Metoden

Den praktiska kunskapens undersökningsmetoder

Metoden jag kommer använda mig av är den praktiska kunskapens undersökande essä. Praktisk kunskap är ett ämne som omfattar flera traditioner och perspektiv.²³ Sammanfattningsvis öppnar de alla till försök att svara på vad ett praktiskt kunnande är, till exempel utifrån ett görande, ett handlande där någonting tar emot eller skaver i en praktik och möjliggör med det ett synliggörande och problematiserande av oformulerade styrande strukturer och/eller processer. En av de mest kända och, skulle jag vilja påstå, populära traditionerna och en av de första att beskriva den praktiska kunskapen är Aristoteles med sitt begrepp *fronesis*, vilket betyder klokhet, omdöme och är summan av fler kunskaper eller snarare dygder som han själv

²² Och varför inte alla professioner som möter lidandet vare sig det är fysiskt eller psykiskt? Jag kommer ha fokus på min egen profession men ser av erfarenhet att det kan inbegripa all form av arbete direkt med människor i utsatthet.

²³ Hjertström Lappalainen, Jonna, (red) *Klassiska texter om praktisk kunskap*, Huddinge: Södertörn Studies in Practical Knowledge, 2015.

beskrev det som.²⁴ Det är bland annat den vetenskapliga kunskapen *episteme*, hantverket *techne*, den etiska *etos*, fingertoppskänslan *gnōme* och själva görandet, *praxis poiesis* för att nämna några av hans begrepp. Alla dessa kan man säga utkristalliseras i en klokhet i handlandet; ett klokt omdöme – *fronesis* (färdigheten).

För att utforska en praktisk handling med dess ofta dolda och förkroppsligade kunskaper utgår man som sagt i traditionen ofta från en situation som kanske skavt i praktiken; gjorde jag ”rätt”, hur ser situationen ut och hur hanteras den? Hur kom det sig att jag gjorde så eller så eller ingenting alls?²⁵ Ett sätt att utforska en sådan situation är genom essäskrivandet, då som en metod i utforskandet (jag återkommer mer djupgående till den i nästa del). I ett annat utforskande kan en professions dilemma ha uppmärksammas och öppnas upp genom olika kvalitativa forskningsmetoder som till exempel: autoetnografi,²⁶ reflektiv etnografi,²⁷ intervjuer, deltagande observationer eller fokusgrupper för att ta några exempel.²⁸

Min erfarenhet av praktisk kunskap är att den på många vis sitter i praktikerns kropp och visar sig i praktikerns handling utan att denna egentligen funderar eller tänker på hur eller vad göra. Och kroppen talar ju inte det språk som processats och blivit ord – kroppen gör. Fredrik Svenaeus, för övrigt professor i Praktisk kunskap vid Södertörns Högskola, skriver:

[det är] i den levda kroppen, i den uppövade känslan och i förmågan att möta andra människor i språk och handling, som den praktiska kunskapen har sin hemvist.²⁹

För mig som psykoterapeut är det Svenaeus beskriver en kunskap som lärs genom oräkneliga samtal, verkar i tystnad, förfinas i görandet och prövas i ögonblicket. Men jag läser även in ett livs erfارande i relation till andra människor; alla samlas de där i den levda kroppen — för professionen, för våra ständiga möten med andra och förståelsen av den andra. Filosofen Maurice Merleau-Ponty skriver: *Det är genom min kropp som jag förstår den andre, [...]*.³⁰ Han menar att det framför allt är genom våra kroppar vi tar in världen. Merleau-Ponty beskriver

²⁴ Aristoteles, Bok VI ur Nikomachiska etiken, ur *Klassiska texter om praktisk kunskap*, red Hjertröm Lappalainen, Jonna, Huddinge: Södertörn Studies in Practical Knowledge, 2015, s. 39–61.

²⁵ Bornemark, Jonna & Svenaeus, Fredrik (red) *Vad är Praktisk Kunskap?* Huddinge: Södertörn Studies in Practical Knowledge, 2014.

²⁶ Holmes Jones, Stacy, Adams, Tony E., Ellis, Carolyn (editors) *Handbook of Autoethnography*, New York: Routledge, 2013.

²⁷ Davies, Charlotte Aull, *Reflexive Ethnography*, New York: Routledge, 2008.

²⁸ Gunnarson, Martin, (red) *Att utforska Praktisk Kunskap*, Huddinge: Södertörn Studies in Practical Knowledge, 2019.

²⁹ Svenaeus, Fredrik, *Vad är praktisk kunskap*, i *Vad är Praktisk Kunskap*, (red) Svenaeus, Fredrik, Bornemark, Jonna, Huddinge: Södertörn Studies in Practical Knowledge, 2009, s. 27.

³⁰ Merleau-Ponty, Maurice, *Kroppens fenomenologi*, Göteborg: Bokförlaget Daidalos, 2006, s. 161.

ett kroppsligt erfalande som gör sig användbart i bakgrunden i relation till händelsen och essäns syfte och frågeställningar; ett försök att utforska en möjlig färdighet i lidande — det var som att min kropp under det andra ögonblicket, den i tystnad och tigande, instinktivt visste och förstod något mer än jag kunde tänka.³¹ I upplevelsen skulle jag kunna beskriva det som att min kropp tog emot orden min patient uttryckte, följde dem passivt och säkrade därmed kvar mig i kontakten med henne; ordet blev kött. Där fanns, tror jag, en kunskap som Svenaeus skriver, hade sin hemvist i min kropp — utan ord, utan fingervisningar, utan ifrågasättande — bara ett passivt mottagande. Kunskap som blivit personligt förkroppsligad, formad av alla levda år och alla praktikens timmar av samtal – för att motta det som ska mottas, förstå det som behöver förstås.

Genom essäns utforskande incitament har jag som vilja att dyka ner i händelsen för att där vrida och vända på den genom att söka formuleringar av ett ännu oformulerat. En kunskapsformulerande process som vill något mer än bara betrakta det som syns eller beskriva något som enbart stabilt och statiskt.

Varför påstår varenda människa att ett fickur är runt, vilket är bevisligen falskt, alldenstunden det sett i profil bildar en smal, elliptisk rektangel, och varför i helvete har man lagt märke till formen bara det ögonblick urtavlan var intressant? Alfred Jarry³²

Citatet är från Johan Asplunds bok *Om undran inför samhället* var i Asplund egentligen lyfter frågan om vad det innebär att förstå något vi är med om. Hans citat kastar ljus på ett utforskande av det praktiska kunnandet och bidrar på ett underfundigt sätt en lockande perspektivflyttning av det vi uppfattar och ställer frågan vad det egentligen är vi fångar upp och kontextualiserar; vi behöver stanna upp och vrida och vända. Det blir ett stöd i essän som en bakgrund.

Ett slag för essän

Det är inte helt enkelt att ge en generell eller kortfattad redogörelse för vad en essä som form är. En av anledningarna är att det finns många olika essäister och alla har de sin egen stil. En annan anledning är tiden med sina trender och påverkan som format och formats i genren — men det som absolut går att konstatera är att det är ett försök, ett prövande. Essä betyder

³¹ Ibid s. 152.

³² Asplund, Johan, *Om undran inför samhället*, Argos, 1970, s. 8. En bok som för övrigt för alltid öppnade mina ögon inför samhället och världen i 20-års åldern.

nämligen försök och Montaigne var den förste, under sent 1500-tal som benämnde det precis så.³³ Men jag vill ändå lägga lite utrymme här i texten för en beskrivning som visar dels hur jag tänker om essän som form och metod dels ge en hint som en förståelse in i läsandet av just den här essän.

Jag vill påstå att den kan vara vild, lekfull, nyfiken i sina rörelser mellan ytterligheter, till exempel det mellan ett djupt personligt och ett allmänt. Mellan metodisk och ometodisk. Allvar och humor. Evtigt och timligt. Det jag benämner som vildhet kan visa sig att den bryter kravet på kontinuitet i tankegångarna utan att för den skull bli kaotisk — verkligheten är uppbruten och tänker i brott, där bor en diskontinuitet och mellan de båda kan en essä röra sig.³⁴ Den utgår i sin text från ett personligt erfalande (kan vara en läst text, en bok, en upptäckt trend, ett synligt dilemma eller, som den här: utifrån en händelse) och essän söker genom prövande närgångna blickar med reflektioner öppna det personliga gentemot det allmänna och en allmänhet för att begrunda och tänka vidare — den vill väcka, associera, reflektera, öppna frågandet, provocera det invanda och samtala genom litteraturen, konsten, filosofin, historien och kulturen i relation till samtiden. Den vill framför allt vrida på Asplunds urtavla.

Det finns några saker som den, från Frankfurtskolan tyske filosofen, sociologen, kompositören och musikteoretikern Theodor W. Adorno skrivit om essän som form och vilka jag lätt kan ansluta mig till med min egen stil som ingrediens. Han skriver bland annat:

Essän ämnar [...] inte leta upp och destillera fram det eviga ur det förgängliga, utan snarare föreviga det förgängliga.³⁵

I relation till händelsen som hade kunnat gås förbi, hanterats med en beprövad metod för att finna en sanning, bara landa i en låda av dålig-dag eller söka det verkliga och eviga svaret i vad som hände på ett vetenskapligt korrekt sätt.³⁶ I essän vill jag ta ett grepp om händelsen för att vrida och vända på den, formulera, interagera med den — ge den uttryck. Ögonblick som dessa kan lätt förpassas in i flödet av tusen andra, glömmas bort och kanske även tas för givet, helt enkelt aldrig bli formulerade. En essä, som Adorno menar, vill fånga upp ett ögonblick, om det så är en mening i en text, en blick som fångas av något eller en händelse för att därefter utforska det ögonblickets väsen. Den vill hävda något om ett ögonblick och fånga dess dynamik och

³³ Montaigne, Michel de, *Essayer Bok 1*, Stockholm: Bokförlaget Atlantis, 2017, s. 3.

³⁴ Adorno, Theodor W. i, Essä som form, i *Essä*, Melberg, s. 335.

³⁵ *Ibid*, s. 320.

³⁶ Adorno är kritisk emot den vetenskap som växte fram ur Descartes metod och som jag åsyftar här.

påverkan i en samtid präglad av historia, samtid och framtid. Jag vill säga något med den, jag kommer hävda att lidande, utifrån framför allt Kierkegaard, är en färdighet i min profession och att tiggande är ett moment för att kunna.

[...] *den säger vad som faller den in, avbryter där den känner sig färdig och inte när ämnet är uttömt.*³⁷, skriver Adorno och enligt mig därmed politisk i sin slagkraft som en genre som vill påverka samtiden genom sin vildhet utan det vetenskapligas tyglade genom bland annat sin strävan till objektivitet, validitets- och evidensprövning med eventuell teoribyggnad. Essän vill skriva fram en kunskap och kunnande ur ett personligt erfarande in i ett allmänmänskligt — oprövat i sitt prövande. Jag har en önskan om att denna essä ska göra en viss skillnad — både för psykoterapeuter, människor som arbetar med människor och den som vill.

Essän blir därmed både ett skrivande och ett läsande, personlig och allmän med dess lockande till tänkande och reflektion: *När läsandet och skrivandet visar sig som tänkandets konst är det inte längre världen som liknar en text, utan det är texten som blir en värld*, skriver Sá Cavalcante Schuback och formulerar en av essäns önskan, i alla fall för min del; att den unika berättelsen av ett praktiskt erfarande i text blir en värld att få komma in i som annars inte vore möjlig.³⁸ Det blir en text som förhoppningsvis öppnar upp och inspirerar till en långsamhetens läsning. Stilen i just den här essän skulle kunna formuleras som en filosoferande prosaisk samtidsessä.³⁹

Att skriva essä är att ge sig ut på äventyr. *Glädje och lek är väsentlig för den,*⁴⁰ fortsätter Adorno och det är min egen ingång till skrivandet, glädjen och leken i att blanda presens, perfekt och futurum eventuellt i en och samma mening — för att den vill låta och formuleras just så just då och för att förspråkliga alla tempus egentliga närvaro i stunden. Glädjen och leken visar sig också för mig i den stund jag slår mig ner framför tangenterna och låter tanken och associationerna få flöda inom mig och jag får följa dem. Horace Engdahl beskriver det på ett livfullt vis:

³⁷ Adorno. s. 323.

³⁸ Sá Cavalcante Schuback, Marcia, *Lovtal till Intet*, Glänta Produktion, 2006, s. 54.

³⁹ Prosa betyder skrift eller tal i obunden form, obunden stil och text i fri form. Själva skrivandet och skapandet av ordens sammansättning i en text kan likna prosan – vilket är en högst personlig åsikt av författaren i denna essä. Det jag formulerar som samtidsessä har sin betydelse i den påverkan från naturvetenskapen som sker gentemot min praktik i den tid jag verkar, min samtid.

⁴⁰ Adorno, s. 232.

Essän är den enskildes form. Att skriva är att samtala med sig själv utan att bli störd av de andra. Essäns eufori är av samma art som den lättnad man känner när man lämnar ett sällskap, hur angenämt det än har varit. Äntligen ensam!⁴¹

En av mina egna favoriter och som jag känner mig inspirerad av bland essäisterna är Walter Benjamin med sitt mest kända verk, *Passagearbetet*.⁴² Varför han placerar sig som favorit är hans otroliga närvaro av detaljer — både genom sina dokumenterade vandringar i städer och i tankar. Hans förhållande gentemot olika citat från texter är ofattbart spännande, han plockar in, samlar på sig, rafsar ner på en servett, allt för att försöka fånga ett ögonblick som så lätt går förlorat utan sina detaljer. Men det är också genom ett beskrivande som en själslig vandring i tidernas spår, vår historia och den tid som präglar och har präglat oss han gör — att inte låta tiden dra iväg oss in i nytt alltför snabbt. Snarare låta minnen få träda fram och ges betydelse i nutiden. Den inspirationen öppnar en nyfikenhet hos mig på så sätt att inte göra mig en alltför snabb konklusion av händelser eller situationer präglad av min professions samtid. Att likt Benjamin vandra i texter, citat och associationer, som en essä kan göra, möjliggör ett framskrivande av den praktiska erfarenheten genom att tillföra nya perspektiv vilka i sin tur inspirerar att bromsa upp en aning inför det till synes först okända. Han stannar upp och verkligen skådar ett skeende: *Att skildra människor verkligt konkret, betyder inte det att vi gör vårt minne synligt i deras minne?* skriver han som ett exempel på ett sätt att träda in i och bromsa upp en handling i en undran av ett ögonblick — vad är det vi gör i dessa små vardagliga stunder?⁴³ Just den meningen jag precis citerat från Benjamin kan jag fortfarande finna nya perspektiv från, den går liksom att vrida på likt Asplunds urtavla.

I min denna vetenskapliga essä finns den traditionella strukturen. Det utesluter för den skull inte helt vildheten genom tygländet. Mitt skrivande söker inte något färdigt men vill driva, med hjälp av texter, citat, idéer, associationer, händelsens olika skeenden och har som sin yttersta vilja att formulera fram ett praktiskt kunnande. En vetenskaplig prosaisk essäistisk undersökning om förståelse, receptivitet och utsatthetens förtvivlan med ett själv som en färdighet att lida.

⁴¹ Engdahl, Horace, Den enskildes form, i *Essä*, (red) Melberg, Arne, 2013, s. 435.

⁴² Benjamin, Walter, *Passagearbetet Paris, 1800-talets huvudstad*, Stockholm: Atlantis Bokförlag, 2015.

⁴³ Benjamin, s. 72.

Så här har jag gått tillväga

Som jag tidigare nämnde blev mitt tillvägagångssätt *och ordet blev kött* vilket betyder att essän kommer inledas bakifrån genom bibelcitatet som återkom i mitt huvud på vägen hem. Citatet lät öppna upp för att försöka förstå vad att *förstå* täcker, rymmer och betyder kopplat till händelsen. I ett, när ordet blev kött, finns just inga ord men där finns kött och där finns det ordlösa och genom det ordlösa vill jag i den här essän försöka skriva fram, med hjälp av ord, det köttet på något vis förstod men inte kunde tänka just då.

Donna Oranges tes: *understanding is receptivity and suffering* stakar ut vägen från bibelcitatet.⁴⁴ Det betyder att utifrån hennes tes tar essän sats för att begripliggöra något som jag antar hände mig; jag erfor i ögonblicken ett eget lidande. Men vad betyder Orange tes, att förstå, vara receptiv och att lida och hur hänger de ihop med varandra dessa begrepp? Utifrån den frågan organiserar sig texten med hjälp av reflektioner under arbetets gång; vad är och betyder förståelse, receptivitet, lidande och har en förtvivlans utsatthet i professionen med det att göra, att kunna lida, är det ett kunnande? Alla dessa förmågor äger rum sammanvävt vilket därmed formar essän som en sammansatt process. Med sammansatt menar jag att de olika begreppen, beskrivningarna kommer befrukta och återkomma till varandra under utforskandets gång. Den ena länkar till den andra och vice versa; hur kan vi förstå något eller ana något utan att vara receptiva? Att vara receptiv innebär att ställa sig till förfogande för att inte förstå och medför en risk för förtvivlan i utsattheten och sårbarheten.

Kierkegaard blir filosofen som tar vid efter Orange tes och kommer ges merparten av huvudroll i reflektioner och utforskande av händelsen. Hans böcker gav ledtrådar för att se det som utgör en grund för färdighet att kunna lida: hans syn på förtvivlan kopplat till hans självbegrepp och min tolkning av den, förtvivlans utsatthet i receptivitet i relation till lidande.

Jag lyfter även, med hjälp av Kierkegaard, fram och väver samman den djupt existentiella och revolutionära mening lidande kan innebära genom hans blick. För i hans böcker fann jag just ett nästintill revolutionärt stilla handlande. Det kan kanske låta udda att beskriva lidande som revolutionärt och till och med ett stilla sådant, men så framkommer hans innersta mening för mig. Han tillför något som kan ge vår samtid tankar och reflekterande i vårt sätt att ta oss an den värld vi lever i. Vi har precis varit i en omvälvande pandemi, vilken är den här essäns frö, men vi lever också i en instabil tid präglad av både krig och hot om förstorat krig och en planet som lider. Människor dör i tusenfalt under sin flykt över Medelhavet medan en värld ser

⁴⁴ Orange, 2011, s. 23.

på. Barn dör av svält en flygresa härifrån. Lidande finns precis framför våra ögon och Kierkegaards cirka 170 års gamla texter kan i fler bemärkelse än utifrån händelsen vidga vår blick och bringa mod till stilla handling genom färdighet i att lida. Med den meningsfullhet av lidande Kierkegaard presenterar blir den slutligen faktiskt en färdighet — i min profession men likväl som människa; att kunna lida.

Jag kommer skriva fram att en färdighet i att kunna lida görs möjlig genom specifikt Kierkegaards tigande. Ett tigande som inte kan översättas till tystnad utan ett tigande utifrån människans förmåga till; förståelse, receptivitet och förtvivlans utsatthet vilka tillsammans bär fram tigande som jag hävdar blir en avgörande väg till att kunna lida som praktiker i mitt skrå.

Jag skulle vilja tillägga att Kierkegaard dels hyllar lidande dels skriver, genom berättelserna, fram våra olika grundläggande förmågor att lida och här blir han en, anser jag, inte så nyttjad men intressant aspirant i den praktiska kunskapens teori. Även om han har ett fokus på den religiösa delen av människan bidrar han, bland annat, med sin beskrivning av tigande som viktigt element i upplevelsen och uppmärksamheten av ett ögonblick och det är precis det, tycker jag, vi gör då vi utforskar ämnet; vi lyfter fram ögonblick i dess ofta sköra del och utforskar precis det som tigandet hör. Professionens förkroppsligade kunnande framträder ur ögonblickets tigande och kan skapa ett möjligt utrymme för lyssnandet. Merleau-Ponty skriver:

[...] jag har bara ett sätt att föreställa mig det [ordet]: genom att uttala det, precis som konstnären bara har ett sätt att föreställa sig det verk som han arbetar på: genom att skapa det.⁴⁵

Om Kierkegaards tigande är den första delen i ett utforskande så blir Merleau-Pontys den andra i en av de undersökningsmetoder som den praktiska kunskapens hantverkande har som hemvist; att finna situationerna genom tigande för att därefter kunna uttala dem, skriva fram dem som konstnären, och därmed påbörja skapandet — ett essäistiskt kunskapsskapande.

Var förmåga kommer få sitt eget utrymme och fördjupning för att slutligen sammanföras och utmynna i det som essän kommer visa; tigande som det moment vilket jag menar blir en färdighet i att kunna lida. I essän kommer en annan händelse med ett uteblivet tigande att presenteras. Vad vi ser och inte ser, som Asplunds citat poängterat, och hur vi kan öka vårt seende och därmed vår kunskapshorisont — styrkan i den praktiska kunskapens alla metoder.

⁴⁵ Merleau-Ponty, 2006, s. 155.

Utifrån den linsen driver frågorna fram mig mot det okända i ögonblicken som en färdighet i att lida för att slutligen komma tillbaka till *ordet blev kött* med dess djupa och nya innehåll.

Utforskandet

*I allt
I varje steg
Jag går
Lyfter
Bär jag mina tre tider⁴⁶*

Och ordet blev kött – det förlorade fot- och ordfästet

Låt oss som start följa poeten T.S Eliots välkända rader och börja bakifrån: *Det vi kallar början är ofta slutet och att avsluta något är att göra början. Slutet är vår utgångspunkt.*⁴⁷ Det är hemfärden med: ”ordet blev kött” dovt talandes i mitt huvud som tar oss bakvägen till ögonblicken — ett bibelcitat från Evangeliet enligt Johannes. För mig blev citatet ett rop som påkallade min uppmärksamhet och blev en uppmaning till mig att gå på djupet.

Att ett bibelcitat väcks i mig är märkligt nog inte så konstigt. Min farfar citerade ofta Bibeln när jag som barn ställde olika frågor till honom om alla förunderliga ting. Just det här citatet, om jag inte missminner mig, handlade om att uppmärksamma orden. Kanske hade jag sagt något olämpligt och behövde rättelse eller kanske något fint och ett citat bara kom, som brukligt, över hans läppar med en slags förklarande efterföljande fras; orden är en gudomlig närvaro, sa han, och de är inte självklara. Det där med ”kött” vet jag att jag lade på minnet, men mer som ett barn lägger på minnet. Jag såg en köttbit sprängfylld av ord som inte kunde lösgöra sig, fångade på något vis — men de fanns och de var gudomliga, kanske hade de vingar, så vill jag minnas mitt minne men det får stå obevisat. Farfar var en klok äldre man jag älskade och om jag visste någonting av respekt så var det precis den känslan jag hade inför honom — en vis äldre kyrkvärd i den lilla församlingen i Västergötland. Tillsammans med honom fanns en ständig godhet närvarande. Under min barndom och fram till hans död såg jag honom bara arg en gång och det var när han hade vridit upp den gamla klockan och ville höra om den tickade samtidigt som vi barn levde rövare i bakgrunden. Våldigt begripligt och våldigt, i ögonblicket, skrämmande men det är en annan historia.

Så när citatet talade var det av betydelse då det genom ett sedan så många års förflutet dök upp och då självklart för mig som ett slags budskap som ville hjälpa. För jag tror farfar var en

⁴⁶ Qvandt, Charlotte, poet, en dikt jag fick i handen av poeten själv. Då, nu och sedan.

⁴⁷ Eliot, T.S., *T.S. ELIOT DIKTER i svensk tolkning*, Stockholm. Bonniers Förlag, 1987, s. 113.

person som ville hjälpa och leda ett litet barn rätt och minnet av honom är fyllt av både det barnets och mitt nu vuxna jags värme och vördnad. Händelsen och att kunna lida behövde orden för det köttet förmedlade. Behövde förstås, formuleras och begripliggöras. Det gudomliga, som farfar sa fanns närvarande i orden, anas för mig i den här händelsen som närvaro av betydelsefulla livsögonblick som så överväldigande gavs mig likt en hänvisning. Det var en känsla, likt ett barns, av iver och angelägenhet att få veta och förstå ögonblicken — ett vad-hände? som på det viset tog emot min förtvivlan. Ja, nästan som en lust in i ett okänt med en nu trygg farfars gudomliga ord som enda farkost. Jag tänker på filosofen Augustinus (som farfar tyckte om har jag fått veta) han skriver: ”*i nuet är vi nyfikna på det som ska komma.*”⁴⁸ Det kanske är precis där i ett nu det är möjligt att lystra och luta framåt; i tystnadens ordlöshet, där vingklädda ord ännu bara är kött.

Barn är vanligtvis intresserade av ord och jag kan själv minnas hur jag verkligen undrade hur ord kunde betyda samma sak för mig som för den andre. Orden som samtidigt förde med sig något mer. De bar en mångfald varianter av rytm, kraft, betoning och kompositioner trots att det bara var — ord. Detsamma gällde sammansatta meningar — ord som liksom föll på rätt plats och gavs med det en betydelse. I både tal och text. Likt en mening i en text kan hålla läsaren förtjust i timmar likväl som de ödesmättade texterna tyngde i andra. Som köttet, med sina fångna ord, fyller upp. Själv utvecklade jag tidigt en känslighet av ords och meningars stämningar. Och min patient, hennes mening låg med absolut största sannolikhet så sammanvävt med upplevelserna hon erfarit och som fått henne på fall att jag kunde förnimma något av dem, tänkande- och ordlöst.

Varför berättar jag det här? Jo, med tiden har användandet av ord blivit en av mina nycklar i professionen, orden tillsammans med tonen, nyansen och gesterna — bara i dessa, sammanvävda, har jag genom utforskandet av dem funnit en oändlig källa till en människas livserfarenheter. Det kan vara att jag hör ord upprepas i en berättelse och anar försöken från fler att leta sig fram under det enda som finns just för tillfället. Det kan vara genom tonen i ett ords uttryck eller gesterna som hjälper fram ordet till mig och som bär mer av betydelsen än själva ordet. Jag brukar bromsa upp vid de tillfällena och väcka nyfikenhet hos min patient, inte bara i mig. För jag tänker som så att oavsett alla och en envar finns en personlig historia invävd i ett ords betydelse och innebörd, en egen personlig erfarenhet som bär fram det. Ordvalet, rytmen, tonen, nyanserna, kroppens (köttets) samspel genom gester tillsammans med det. Det var så *ordet blev kött* betydde för mig på vägen hem – lidande och förtvivlan behövde ord, upplevelsen

⁴⁸ Augustinus, *Bekännelser*, Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag, 2010, s. 295.

behövde det; citatet ropade. Meningen min patient uttryckte genljöd något - utöver orden men i dem. Kompositionen, trycket i meningen var så ren, den stod där helt naken mellan oss och framför mig. Jag kunde förnimma mannen med den brutna nacken, de sjuka covidpatienterna — hennes mening stack hål på tröst för lidande – det fanns ingen, det var bara precis som det var i ögonblicken. Meningen blottlade min, hennes, världens och människornas ofantliga utsatthet dels genom pandemin dels genom hur en cykeltur till jobbet kan vända planering, längtan och hopp till förtvivlan. Jag föll inte ihop i stunden och med stor sannolikhet föddes en nyfikenhet på ordet och en menings betydelse, kanske som en förmåga hantera det skräckfyllda ögonblicket. Och det var början på att ge köttet ord. Att ge köttet ord och ordet kött tänker jag kräver någon form av förståelse och förståelse kräver en receptivitet och ett mod för utsatthet. Jag kan ana att farfars ord dyker upp i en uppmärksamhet och receptivitet hos mig som blev upprinnelsen i en vilja att förstå något jag ännu inte kunnat tänka, inte funnit ord för. Bibelcitatet blev, som jag tidigare nämnt, ropet och uppmaningen att söka djupare. Uppmaningen att söka mig bortom naturvetenskapen med sina medicinska termer, symtomkluster, bortom det evidensprövade och det som genom alla sina ord begränsar en upplevelse av lidande — det var så tillvägagångssättet skulle ske. Vi ska närma oss den receptiviteten genom att försöka förstå vad det är att förstå i relation till lidande och med det vänder jag mig först till Donna Orange.

Utsattheten i att försöka förstå

Ett av de, skulle jag vilja påstå, absoluta grundvalarna för en psykoterapeut är att försöka förstå den andre, att sätta sig in i den andres berättelse för att kunna vara behjälplig i en process mot något av en slags försoning med det som är svårt och smärtsamt. Förståelse betyder då att göra sig tillgänglig och öppen inför något som man aldrig vet eller kan förutse men vilja; den andres upplevelser och tillvaro är egentligen per definition fullt okända. Tillgänglig genom uppmärksamhet, receptiv för orden i meningen, som exemplet med det min patient i sin berättelse sett och som gjort henne så trött. Öppenhet inför berättelser som kommer under samtal och låta dem få visa sig som de behövs, inte döma utan ta emot dem med risk att själv djupt beröras. Det kan, ibland, vara en känslomässigt sårbar balansakt; livsberättelser berör och ibland kan det vara skönt att luta sig mot dels diagnostiska förklaringsmodeller dels mot någon evidensbeprövad metodologisk behandlingsmodell, men förståelsen blir ändå själva hjärtat i professionen och vi kan aldrig förbereda oss tillräckligt.

Understanding is receptivity and suffering, skriver Orange, och benämner därmed förståelse som en process av receptivitet och lidande i centrum av psykoterapeutens praktik.⁴⁹ Orange fortsätter:

Not only are we required to witness and participate emotionally in the suffering of our patient, but, in addition, the process of understanding itself means that we place ourselves at risk and allow the other to make an impact on us, to teach us, to challenge our preconceptions and habitual ways of being, to change us for their sake, even to disappoint and reject us. [...]⁵⁰

En receptivitet som medför att vi utsätter oss för risker i vår praktik, vi tillåter den andre att beröra oss, stöta till oss, träffa oss i sårbarheten men som även lär oss och utmanar våra världsbilder, åsikter och fördomar genom våra försök att förstå genom vår receptivitet – även då den gör oss förtvivalade. Orange visar indirekt att redan då vi sitter där i praktiken och utför vårt arbete har vi ett ingångsvärde i form av påbud; vi bör vara redo men kan aldrig förutse vad som visar sig i ett samtal.⁵¹ Hon visar utsattheten och lidande genom den öppenhet och receptivitet som är förutsättningen för att förstå.

Orange lutar sig i sin text mot filosofen Hans-Georg Gadamer som menar att en av förutsättningarna för förståelse är en hermeneutisk klinisk sensibilitet. Det betyder att ha en stark känsla av min egen situation (teorier, personlig historia, personlighet, eget mående), en känsla av min egen *och* min patients upplevda värld i stunden samt en känsla av språkets personliga upplevelse.⁵² Den kliniska sensibiliteten, med alla tre innebörderna visar sig i händelsen; min upplevelse av var jag befann mig, min upplevelse av var hon befann sig och hur hennes ord (lidande) hade en så stor betydelse för mig. Med det menar jag att för att kunna finnas i den sensibiliteten fordras en receptivitet. Jag läser också in ett stort ansvar i den processen, det kan erfaras ensamt att i ögonblick avgöra nästa steg, nästa fråga, nästa kommentar, passar ett hummande, ett nickande. I millisekunder av öppen sårbarhet av det okända som kommer finns ingen att rådfråga, ingen livlina — psykoterapeuten sitter där ensam och ska hantera. Vi behöver förstå oavsett det som kommer till oss genom den andres ord och berättelse och att förstå är svårt och det är hårt arbete att förvänta sig förstå menar Orange —

⁴⁹ Orange, 2011, s. 23.

⁵⁰ Ibid, s. 23.

⁵¹ Det finns flera inriktningar att arbeta utifrån som psykoterapeut: KBT, PDT, gestaltterapi med flera. Att välja ingångsvärde är vars och ens ensak och vars och ens tro härvidlag lägger jag inget moraliskt, etiskt eller praktiskt dömande.

⁵² Orange, 2011, s. 25–26.

det kräver: *constant attention to both content and feeling tone of whatever we seek to understand*.⁵³ Alltså en ständig uppmärksamhet på både innehåll och känsla. Blicken, hörseln och fingertoppskänslan. I orden. I meningars sammansättning. I gesterna och de känslomässiga uttrycken. Allt det där kräver en receptivitet som även bär med sig en utsatthet; att lida.

Orange använder receptivitet i sin text, på svenska skulle det kunna översättas till mottaglighet vilket kommer från vår germanska språkstam. Men jag har valt receptivitet då det rymmer mer än bara ta emot. Re, som prefix: *ta tillbaka, få tillbaka*, latinet receptivus som kommer från "*att vara i stånd att ta emot*".⁵⁴ -ivus som ändelse betyder: [att det] *blir ett adjektiv och betecknar någon/något som är i stånd att utföra verbet* och verbet slutligen: *ta till sig*. Ett cirkulärt pågående med andra ord genom prefixet re-; något finns som återtats och som ges och som återtats — igen och igen. Var börjar då egentligen min och min patients receptivitet på vägen till ögonblicken? Var börjar en receptivitet? Bådas våra möten med varandra hade kanske redan påbörjats långt innan vi stod där i mitt väntrum. Jag vet något av det hon skrivit till mig, om hennes arbetsplats IVA-Covid, som ger mig minnen av tiden jag var placerad på en sådan, jag har också egen yrkeserfarenhet av sjukvård som utbildad undersköterska — en erfarenhet som ger en professionell förståelse och öppenhet av en situation. Hon hade fått mitt namn rekommenderat genom en bekant till mig. Texten och tonen i hennes mejl sände möjligen ut något till mig jag omedvetandes förnam. Då jag gick över bron, strax innan vårt möte, var jag i ett sensitivt sinnligt tillstånd med en närvaro i stunden och situationen — lade märke till svanarna, tunnelbanetågen, himlen och den tystare staden. Och då jag slutligen mötte henne och hade en upplevelse av ett naturväsen, och hur det väsendet påverkade mig på så vis att andningen blev lugn och jag noterade en nyfikenhet. Min patient har sin berättelse om mig redan innan och om min profession — där låg en slags förberedelse, som en passiv receptivitet. En ordlös receptivitet som fanns med redan inför samtalet och skapade därmed kanske ett oformulerat pre-inträde emot varandra. Jag gör en reflektion när jag skriver det här — vad utsatta vi båda möjligtvis var i ett sådant inträde.

⁵³ Orange, 2011, s. 5.

⁵⁴ Kihlman, Erika, docent i latin vid Stockholms universitet, mejlväxling 221101 [...] av prefixet re- "*åter, igen*" som satts på verbet *capio cepi captum capere*, som betyder "*ta, gripa, få*" och liknande. Med re- framför blir det vokalförsvagningar i temat: *recipio, recepi receptum recipere*. Ordagrant blir då betydelsen av verbet "*ta tillbaka*", "*få tillbaka*", "*återta*". Därifrån kan man tänka sig en utveckling som lett fram till betydelsen "*ta till sig*", "*motta*" (från *recipio* kommer alltså engelskans "*receive*"). Det latinska suffixet -ivus sätts på ordstammen av den tredje tema-formen (här: *recept-ivus*) som då blir ett adjektiv och betecknar någon/något som är i stånd att utföra verbet, i det här fallet "*är i stånd att ta emot*". Och detta "*ta emot*" kan ju sedan tolkas på en mängd sätt, som att tillägna sig något, lära in något, ta emot intryck.

Jag ser och förstår den utsatthet och något av en självsamhet en psykoterapeut egentligen alltid är i. Självt att under en bråkdel sekund fatta beslut om hur nästa rörelses riktning ska ske utifrån en form av förståelse av det som uttalats, självt i att erfara den eventuella smärta en annan människas ord kan ge och psykoterapeuten kan ge den andre. I händelsen hade jag ingen att luta mig emot. Det var ren förtvivlan inom mig då jag hörde hennes ord. Ögonblicket blev som ett fruset nu, det fanns inte en tanke bara en enorm tomhet som visade sin närvaro av absolut ingenting — med en stillhet. Jag skulle vilja sett mitt ansikte, en föreställning jag har är ett stirrande tigande gapande sådant, ett smärtans ansikte (tror jag såg helt normal ut, men känslan var ett sådant ansikte). Ögonblicket blev personifierat utsatthet och lidande med en ensamhet i ett okänt som kom till mötes genom receptiviteten. Så Cavalcante Schuback ger en ganska pricksäker betraktelse av vad som krävs för att utstå ett sådant ögonblick: *Det förutsätter ett tänkande som förmår tänka emot sig självt och uthärdar den egna avgrunden*, skriver hon och benämner förhållandet och relationen med sig själv som en mottagande möjlighet i ögonblickets förtvivlan.⁵⁵ Så lätt att undvika den egna avgrunden med ordens svepande förklaringar: en diagnos, en alltför snabb tolkning eller dissociierande kommentar. Men, med ett presumtvt tänkande som förmår tänka emot sig självt när det gör sig möjligt att tänka; när ordens vingar fått kraft att lämna köttet *med* köttet i orden.

Om vi skulle benämna det som att psykoterapeuten i dessa ensamma utsatta situationer har ett eget inre reserverat rum, ett rum av levda erfarenheter, egen utförd psykoterapi, ett landskap av grundläggande värderingar som bryter av vid en horisont men förhoppningsvis redo sträcka sig än längre — ett rum att kunna ta sig till vid behov. Om det rummet är fyllt med något av förutsättningar, vilket det med stor sannolikhet torde ha varit utifrån det uppräknade, så finns där också förmåga att passivt ta emot, att lida; ett själv med alla dessa rum, ett själv *som* rum. Det blir ett rum för receptivitet i utsatthet, i lidande.

För att ett levande ska kunna röra vid ett annat, förmå att se liv i detta andra trots att det är skilt från det egna jaget, krävs att denna osäkerhet uthärdas. Det krävs en öppenhet inför motsatser som inte är varandra uteslutande utan varandra förutsättande, inför den smärta som är varje avstånds – och därför också varje närhets – kärna. **Det krävs av människan att hon klarar av att inte veta också då ovisshet gör ont, att hon klarar att minnas även det som inte låter sig förlåtas, förklaras eller förstås.**⁵⁶ (min fet)

⁵⁵ Sá Cavalcante Schuback, Marcia, 2006, s. 66.

⁵⁶ Granström, Helena, *Det barnsliga manifestet*, Stockholm; Ink Bokförlag, 2010, s. 60.

En beskrivning av utsatthet är väl precis det som Granström fångar i sina rader. Hon utvecklar dem och refererar vidare till Adorno då hon lyfter fram vidkännandet av den egna smärtan i det egna rummet som en förutsättning att känna den andres; *för att kunna vara känslig inför andra krävs en mottaglighet (receptivitet) för impulser inifrån som är omöjlig om dessa inte tillåts göra ont.*⁵⁷ Det som gör ont i ögonblicket äger ännu inte orden, utan är just bara minnets oförlåtliga, oförklarliga och obegripliga kött och precis där tror jag utsattheten äger rum — i köttets ordlöshet, i lidande där ännu inget är tänkt.

Där finns även ett annat rum sammanvävt med självet, det egna jaget, ett med mer praktisk innebörd och det är mottagningsrummet där jag sitter varje dag. Det med stolarna mitt emot varandra, med de låga bokhyllorna längst två av väggarna, skrivbordet och den varma belysningen — där finns också en receptivitet för att förstå. Varje dag, under varje samtal finns rummet där. Tårarna. Skratten. Sorgen. Hoppet. Tryggheten i dofterna, texturen, ljuden och tavlornas mjuka färgtoner som formar en trygg hemvist. Denna till synes självklara omgivning blir även det en del av självet, rekvisitan bonar in vad vi ämnar göra där. Stolarna snett mitt emot varandra. Mjuka jordfärger som inte stör men också med en lätt touch av min personlighet utan att sticka ut på ett provokativt vis. Jag har små detaljer, en kopp, fotografier och tavlor. En del av ett själv, inte bara för att förstå utan även för reflektion, funderingar och samtalande med mig själv — alla är de på ett vis mig själv. Jag kan titta på en tavla och låta den få komma till tals, såsom den visar sig i stunden till exempel. Alla ting, böcker och tavlor finns där som presumtiva och pågående receptivitetsplatser och alla med olika innehåll men som receptionister för ett själv. Att förstå förutsätter receptivitet. Att vara receptiv förutsätter viljan att förstå. Och båda omsluter de förmågan att lida.

Utsattheten i strävandena att förstå äger med andra ord rum i den receptivitet där förtvivlan kan bli möjlig, så vill jag förstå Orange. En möjlig förtvivlan skriver jag, för i en allt för snabb konklusion av sagda smärtsamma berättelser undandrar sig den möjligheten, orden lägger sig i vägen, de hindrar lidande, kväser varje försök till förtvivlan, att få lida. Men när jag då ändå inte förstår, vilket hände mig när jag famlade, så finns där faktiskt ändå något av en förståelse — den utan att kunna tänka ett okänt för det är just otänkt men som släpper taget inför att behöva förstå. Något som kanske kan visa sig vara förmågan att lida i en receptivitet.

⁵⁷ Granström, 2010, s. 60.

Förstå utan att tänka

Alla de där berättade berättelserna i ett mottagningsrum — sammansatta av ord, språk, nyanser och beskrivningar bildar i ett lyssnande en slags matta där jag som psykoterapeut försöker ana och förstå smärtorna som bildar små proppar i mönstrets blodomlopp. Men det går inte att förstå utan ansträngning och uppoffringar, vilket Orange visat oss, och med en berättelse alltmer detaljerad har vi ändå inte något helt färdigt och klart. Både jag och min patient rörde vid något nytt och det vi rörde vid påverkade den andre, det är vad jag tror — men förstod vi?

För att förstå behöver vi först och främst öppna för att inte förstå — hur ska vi annars kunna förstå det som är ett okänt. Vi behöver ställa vår fram-tills-nu-förståelse lite vid sidan om, som en diskret kuliss och tillåta oss förändring av den — professionen ska inte ta plats i den andres skor utan ska förstå genom att utveckla och expandera sin egen förståelsehorisont med dess nya upplevelser vilket även gäller för patienten — en dialektisk förståelse- och erfaranprocess.⁵⁸ En receptivitet som öppnar sig gentemot modet att inte förstå. Donnel B. Stern skriver:

All instances of successful understanding begin with the absence of understanding; if they did not, there would be nothing to be understood.⁵⁹

Som psykoterapeut innebär det att uppmärksamma, att vara receptiv; inrymma ett berättande utan att fullt ut först förstå, utan att förutsätta, utan att aktivt ingripa med tolkning och i många lägen utan att ställa en rigid allt som oftast tom opersonlig diagnos. I ögonblicket då jag hörde min patients uttryck *jag är så trött på lidande* var det som att jag träffades av något nytt, något okänt i det hon sa, något jag just då inte förstod — jag visste redan något om lidande men det var ett okänt som tillkom och det gav upphov till en förlorad kunskap men bärandes en potentiell öppning för ny som jag vill tolka citatet från Stern: *Words bring meanings into the light only at the price of leaving others in the darkness.*⁶⁰ Orden förblir kött vilket förflyttar oss in mot sfären av gester, ögonblickliga upplevelser och förnimmelser där en tystnad äger rum — för att öppna för att förstå.

Jag tror mig ana en glipa som visar sig mellan tystnaden, där vi ännu inte riktigt kan tänka det orden förmedlar, och gesterna vävda av outtalade ord. Merleau-Ponty skriver: *Faktum är att vi har en förmåga att förstå mer än det vi spontant har tänkt.*⁶¹ Jag tror att jag i ögonblicket

⁵⁸ Gadamer, Hans-George, *Truth and Method*, New York: Bloomsbury Academic 2021, s. 361-362.

⁵⁹ Stern, Donnel B, *Unformulated experience*, Hillsdale: The Analytic Press Inc, 2003, s 51.

⁶⁰ Ibid, s. 27–28.

⁶¹ Merleau-Ponty, 2006, s. 152.

inte kunde tänka, men ordet lidande berörde mig i glipan så att jag förstod något av dess andemening utan tanken. En förståelse jag antar kräver ett lyssnande med en full uppmärksamhet; tystnad som en frihet åt andemeningen att forma sig för att på så vis kunna *höra* den. Det var just så min receptivitet visade förståelsen av det ännu otänkta.

[att] vi bara till viss del är oss själva i språket [...] och att vi därutöver är underkastade något som är större och mäktigare än oss själva och som vi saknar inflytande över.⁶²

Olga Tokarczuk text skriver fram och fångar något egentligen ofångbart genom sina konturerande rader, något av ett mellanrum mellan en förståelse och språket, det som tänkts; det finns något vi formulerar och som gör sig synligt genom oss men som vi inte kan äga inflytande över. Det språk som givits oss kommer alltid ha sina begränsningar. En främmandehet, ett okänt, som Tokarczuk definierar som något som är större och mäktigare än oss själva visar en sådan ordbegränsning. Kanske är det den främmandeheten som Merleau-Ponty menar då vi kan förstå utan att tänka. Ett främmande för att ord just då bara är kött och att det kanske skrämmer oss i sitt fullständiga tomhet. Och kanske är det där, just i ett sådant ögonblick, som det jag vill kalla lidandets kärna kan visa sig — i köttet, i kroppen i det okända med endast förtvivlan som sällskap i en faktisk ensamhet med det ett okänt vi saknar inflytande över; att lida.

Orden i bibelcitatet, min patients uttryck blir begripliga kopplat till receptivitet där ett passivt mottagande äger rum. Där finns också ett främmande som visar sig genom farfars beskrivning av det gudomliga i orden och Tokarczucs något som är större och mäktigare än oss själva — ogripbart och okänt med sin vidöppna dörr in i utsattheten.

Sammanfattningsvis är det nu möjligt se hur förståelse finns intimt sammanvävt med receptivitet, de båda liksom slingrar sig runt varandra, den ena stöttar den andra om vartannat genom en förtvivlans utsatthet. Att vara receptiv bär frukt till förståelse och en till synes icke-förståelse finns ändå utan att det som förstås tänks; såsom ett lidandets embryo.

Förmågan att göra sig receptiv och därmed öppna upp för ett okänt inleder en presumtiv sårbarhet, en utsatthet där trygghet och säkerhet inte äger rum utan snarare förtvivlan. Och i den utsatthetens förtvivlan äger förmågan att lida rum. Med Kierkegaards hjälp ska vi ta oss djupare i receptiviteten, som han benämner som mottaglighet och med vars betydelse han tar ett djärvare grepp — hans beskrivning kommer ta oss närmare emot det jag tidigare menade med hans revolutionära sätt att betrakta lidande.

⁶² Tokarczuk, Olga, *Björnens ögonblick*, Knopparp: Ariel Förlag, 2014, s. 131.

Receptivitet som motståndskraft

#

Rummet är stilla. Vi är stilla. Världen vi är vana vid är stilla. Klockan tickar nästan för långsamt, som att tiden liksom sträcker på sig, drar ut sina sensor och muskler, tänjer sig självt så hela omfattningen av dess väsen med då nu och sedan finns i en enda lång utdragen rörelse i ett precis ögonblick. Meningen hon precis fällt studsar långsamt både i mitt inre rum och det vi sitter i, världen och samtiden vi befinner oss i. Utan att jag precis i stunden förstår så finns här platser som tar emot orden och meningen, dämpar rörelser och transformerar dem för ögonblicket till ett fullständigt obegripligt mönster — en upp och ner omskakad verklighet. Min något naiva syn av verkligheten krackelerar och framför mig, inom mig, runt om mig och troligen i henne faller bilden av det som sker i världen med människorna, djuren, vår planet och fram stiger en verklighet med fasansfull kraft — det finns ingen tröst! Ingen lugnande farfars tydliga och tänkta ord. Genom lager på lager av både livs- och yrkeserfarenheter och minnen, tränger smärtan fram ur åsynen med ett otillgängligt tänkande. Tar passivt emot.

#

Jag minns speciellt en händelse några år innan den jag nu utforskar. Det var ett ögonblick då förtvivlan av det den patienten uttryckte blev så drabbande för mig att munnen började gå, jag förstår nu att jag pratades tröstade mig själv ur ögonblicket av förtvivlan. Trodde jag tröstade. Jag tror mig veta att jag inte gjorde det — jag tordes bara inte ut i ett mörkt okänt med patienten; hur skulle jag kunna finnas där? Patienten beskrev hur hon i sitt berättandet erfor att det var som att gå på en enorm myr där varje detalj i berättelsen blev som ett steg där risken att sjunka och gå under ständigt gjorde sig närvarade. Hennes berättelse var fylld med upplevelser av skräck. Vid ett ögonblick satte hon steget precis mellan två tuvor och jag trodde hon skulle sjunka. Det gick blixtnabbt och jag kastade fram en tuva. Min tuva var pratet, för tröst, för lisa men där fanns ingen tröst, fanns ingen lisa och jag förstår nu hur jag inte mäktade ögonblicket, stunden jag tror hon så väl behövde — att låta henne visa då berättelsen fick berättas, att låta mig se och höra berättelsen. Någonting i den här undersökande händelsen var annorlunda, ville annorlunda kanske utifrån erfarenheten av tuvan-situationen där den patienten sessionen efter

berättade hur lämnad hon känt sig av mig. Ett samtal som hjälpt mitt kunnande och receptivitet att utvecklas. En utsatthet och sårbarhet in på huden drabbade mig med en förtvivlan men denna gång förmådde jag faktiskt passivt ta emot och låta ske.

Ur berättelsen om myren och händelsen kan jag skönja något jag tror är väsentligt i receptiviteten; dels är det själva utsattheten men det är dels det egna självet. De blir båda synliga i hur min patients ord i händelsen drabbade mig. Drabbandet som en utsatthet genom förtvivlan *i mig* som det jag upplever som mig. I den nyss beskrivna situationen med tuvan fanns ett drabbande utan förtvivlan, som Kierkegaard menar är ångest. Och det som skulle kunna formuleras som mitt eget själv vek undan och istället trädde ett mig själv som psykoterapeuten som vet, kan och redan haft erfarenhet av lidande och förtvivlan in — vilket egentligen var ett mig själv som inte var så mycket mig själv, men det visste jag inte då. Kierkegaard skriver:

[...] ångesten finns likväl på botten, på samma sätt finns förtvivlan också på botten, och när illusionernas förtrollning upphör, när tillvaron börjar vackla, då visar sig också genast förtvivlan som det, som fanns på botten.⁶³

Det betyder att receptiviteten med dess förtvivlan har ett innersta och det innersta är ett själv som har en förmåga att känna utsatthet och förtvivlan genom sin mottaglighet. Ångesten tar oss egentligen bort från förtvivlan menar Kierkegaard och den gör så genom sitt bärande tidsperspektivet då och sedan. Förtvivlan däremot är förmågan till lidande just därför att den är utan tiden, den är och pågår i ögonblick, ett nu, ett här — utan då och sedan; genom ett passivt mottagande är förtvivlan möjlig.

Drabbandet och det egna självet, visar sig i Kierkegaards böcker och tankar och är båda incitament för från förmåga till färdighet att lida. Så som jag tolkar honom bär de båda vägar för att förstå hur den passiva receptiviteten ger förutsättningar för en färdighet i lidande. Drabbandet som något utifrån kommande och det egna självet som dess mottagare, Kierkegaard skriver:

[...] förtvivlan är enbart ett lidande, en eftergivlighet för utvärtes tryck, den kommer på intet vis inifrån som handling. [...] Det som bringar förtvivlan måste komma utifrån, och förtvivlan är blott ett lidande.⁶⁴

⁶³ Kierkegaard, 1996, s.46.

⁶⁴ Ibid, s. 52–53.

Människan har förmåga till färdighet i att kunna lida just genom sin utsatthet, menar Kierkegaard och kan ges möjlighet att själ(v)sligt utvecklas vid prövningar och kriser. I Kierkegaards böcker skulle jag vilja påstå att prövningarna och utsattheten är extrem: Abraham ska offra sin son Isak till Herren i *Frukta och Bävan*, Paulus kämpar med, och i, sin totala ensamhet i *Pålen i köttet* för att nämna några av hans bibliska gestalter. Prövningarna för oss i vår samtid letar sig fram i allt från klimat- och krigshot till personlig smärta genom förluster — prövningar i dess djupa vardagliga bemärkelser finns för oss alla. I mitt fall blev prövningen, drabbandet, att i utsatthetens förtvivlan, se hur det egentligen var ställt, det fanns ingen tröst, det finns egentligen ingen tröst. Att inse det bär fram färdigheten att lida.

Naar derfor et Menneske klager over, at der ingen Trost er for ham, da hans Lidelse er over al Maade, har dette sin Grund i, at han ikke dybt nok fatter Forfærdelsen og Nøden[...]⁶⁵

Vad vill Kierkegaard säga med det här? Jo, han menar att vi behöver göra oss mottagliga och för Kierkegaard är den mottagligheten (receptiviteten) ett aktivt avståndstagande från ett, som han benämner, sinnesbedrägeri. Vi behöver se och ta emot hur det *är* genom ett passivt mottagande. Mottaglighet blir med hans betydelse ett verb där vi gör oss redo för det okända; vi lämnar den *allmänna* blicken (sinnesbedrägeriet) på världen och gör oss tillgängliga för det okända, det ordlösa, främmandeheten. Som han menar i texten: vi måste förstå fasan och ångesten tillräckligt djupt för att ta oss ur det Kierkegaard kallar det allmänna det som medieras och som bedrar oss och ta oss in i förtvivlan.⁶⁶ Den som förstår fasan tillräckligt djupt kan per definition inte mediera, det är ordlöst och det är här Kierkegaard lyfter fram människans förmåga till enskildhet som motståndskraft ut ur det allmänna just genom förmågan till mottaglighet;

[...] den enskilde som enskild står i ett absolut förhållande till det absoluta. [...] ty all mediation sker just i kraft av det allmänna; den är och förblir i all evighet en paradox, otillgänglig för tänkandet [...].⁶⁷

⁶⁵ Kierkegaard, *Pålen i köttet*, <https://tekster.kb.dk/text/sks-4t43-txt-root 1843>, s.14

När därför en person klagat över att det inte finns någon tröst för honom, eftersom hans lidande är omätligt, beror det på att han inte förstår fasan och ångesten tillräckligt djupt [...] (egen översättning från danskan)

⁶⁶ Det allmänna och den enskilde är två viktiga begrepp i Kierkegaards texter. Den här essän har inte för avsikt, inte heller plats för att fördjupa de båda begreppen ordentligt men kommer använda det allmänna som den uppfattning vi per automatik får bland annat genom naturvetenskapens syn på psyket och Socialstyrelsens riktlinjer rörande psykisk ohälsa och den enskilde som den som har modet att se sinnesbedrägeriet. Se gärna vidare Hjertström Lappalainen: *Den Enskilde*, 2008.

⁶⁷ Kierkegaard, Søren, *Frukta och Bävan*, Reboda: Nimrod Förlag, 1995, s.56. Kierkegaard använder Hegels filosofiska grundbegrepp "mediation" som betydelsen: förmedling mellan två motsatser

Främmandeheten som det absoluta i Kierkegaards vokabulär, är just främmande och kan inte medieras. Abraham tiger hela vägen till berget där han ska offra sin son för Gud, Paulus tiger i och om sin ensamhet. Så är prövningen enligt Kierkegaard; skeende av ordlöshet, av tigande; otillgängligt för tänkandet. I den handlingen, Kierkegaards mottaglighet, finns förutsättningen för att kunna lida, menar han. Vi behöver modet att se hur det *är*. Modet att göra oss mottagliga. Och om jag för över betydelsen av ord blir till kött så är det med köttet vi behöver ta emot, sinnerna, inte orden som såsom ofta dränker oss i sitt sinnesbedrägeriet. Att göra oss redo, menar han, är att förstå att det finns ett annat. För honom var annat Gud, för mig är ett annat modet att våga se djupare och bortom det som medieras; diagnoser, symtom, behandlingsmodeller. Ta oss bortom orden och våga tåga för att uppleva ett främmande och okänt — Kierkegaards mottaglighet som en motståndets kraft, lidandets kraft.

Kierkegaard uppmanar oss att se djupare, se mer i citatet lite tidigare är från *Pålen i köttet*. Raderna är i första anblicken näst intill provocerande att läsa, meningen i raderna behöver läsas långsamt, bit för bit för att vävas samman med händelsen den där dagen för två år sedan. Jag läser in Kierkegaards hyllande till lidande i citatet genom hans anmodan att se ångesten och fasan djupare; se vår utsatthet och sårbarhet och där erfara förtvivlan. Han ser ångesten och fasan som en del av livet men framför allt att de är enda vägen, genom förtvivlan, till frihet och möjlighet och det är precis där det äger rum, det som Kierkegaard menar då vi tar ett aktivt avstånd från sinnesbedrägeriet. Jag tänker precis nu på de där uttrycken att "rida ut stormen", "don't push the river", "se tiden an" — ja det finns många sådana vardagsuttryck vilka alla speglar Kierkegaards andemening — se, känn och låt det som sker ordlöst avtäckas. Som en strävan genom ett passivt mottagandet av det som sker. En förmåga ur receptivitetens utsatthet; den ger oss möjlighet att kunna lida genom att se och följa in i och emot ett okänt. Är det inte just så vi kan bejaka ett lidande för den andre och för oss själva? Kierkegaard vill inte att lidandet ska avlägsnas eller försöka tröstas bort med ord — nej han vill att vi bejakar det, öppnar oss för det, gör oss tillgängliga och tar, genom vår receptivitet, emot med vårt själv. Lidande hör till ett liv, det är ett av våra existentiella villkor (eller varför inte också rättighet) som människor; att faktiskt resignera inför att *önskan är ouppfyllbar*, som han skriver.⁶⁸ Att erkänna vår sårbarhet, vår osäkerhet, vår oförmåga, vår rädsla och jag förstår Kierkegaard som så att det är genom det erkännandet vi på djupet kan förändra vårt seende av världen genom den styrka de paradoxalt ger oss om vi i ärligheten kan vara i hans mottaglighet, genom ett aktivt avståndstagande från sinnesbedrägerierna. Så även om raderna i citatet kan kännas tunga så bär

⁶⁸ Kierkegaard, 1995, s. 50.

de en oerhörd kraft genom sitt uppfodrande budskap; se mer, se djupare, se ordentligt, möt fasan, känn ångesten och erkänn dem alla: önskningarnas ouppfyllbarhet — lid, förtvivla och bli fri! Det är genom den strävan, resignationens strävan vi kan bli fria, menar Kierkegaard — genom att *se* den värld vi har framför ögonen och bredda perspektiven. För att ta en tydlig samtidshändelse av det jag menar Kierkegaard förmedlar så nämner jag: Greta Thunberg.⁶⁹ Se där hur hon inte söker tröst, hon förstår situationen vi är belägna i, gör sig mottaglig, utsätter sig. Hon ser och möter ångesten och fasan djupare och djupare — hon tror på att se och möta ångesten och det gör henne fri och i den friheten möjlighet att verka. Hon tror och lever sin mottaglighet och utsatthet i sårbarhet och osäkerhet inför framtiden och hon klarar av det.⁷⁰ Och se hennes kraft i det och lägg märke till det mod som krävs för att vara i den ensam- och utsattheten — färdigheten att kunna lida. Greta Thunberg satt just tigande utanför Sveriges riksdag vilket fick en hel värld att tvingas se det hon såg.

Kierkegaard menar att lidande inte skall betraktas som något man måste genomleva eller uthärda som en övergång till något annat. Tvärtom menar han att färdigheten i att lida visar sig som ett bejakande av lidande,⁷¹

skriver filosofen Jonna Hjertström Lappalainen. Hon pekar indirekt på utsattheten i receptiviteten som resignationen i lidandet; bejakandet genom den passivt mottagande öppenheten inför en situation med en strävan in emot ett okänt — att lida.

Det som hände med mig i ögonblicket av förtvivlan i min utsatthet var att jag faktiskt förmådde se världen vi befann oss i — min, min patients och våra villkor; vi båda behövde trösta med plötslig insikt att där inte finns någon tröst — paradoxen. Min och vår utsatthet i en pandemi och hur en vanlig vardag brutalt ändrar ett livs förutsättningar. Vår sårbarhet och osäkerhet, hur vi än gör upp planer, säkrar upp våra dagar; alla våra önskingars ouppfyllbarhet. Det var i den utsattheten och sårbarheten jag tror vi möttes vi båda, två människor i vår situation. Genom receptiviteten, Kierkegaards mottaglighet, för att se genom sinnesbedrägeriet — det finns ingen säkerhet nog för att uppfylla alla våra önskingar. Och kanske för att det var just där vi möttes var det möjligt för oss båda att se; vi såg önskingarnas ouppfyllbarhet.

⁶⁹ Det här är min personliga tolkning av Thunbergs färdighet i att lida kopplat till Kierkegaard.

⁷⁰ Se gärna vidare i Lappalainen, Jonna, *Kierkegaard om konsten att leva sin utsatthet*, Stockholm: Aiolos Tidskrift & Förlag, 2014, nr 46–47, s. 127–132.

⁷¹ Hjertström Lappalainen, Jonna, *Den enskilde – En studie av trons profana möjlighet i Sören Kierkegaards tidiga författarskap*, Stockholm: Bokförlaget Thales, 2008, s. 114.

Det är precis det Kierkegaard vill visa oss, hur vi behöver modet att se bortom sinnesbedrägeriets slöja, träda ut i det främmande — som en motståndskraft och ett avståndstagande mot det allmänna, modet att inte kasta in tuvor som tröstande ord, att inte för snabbt tänka diagnos och behandlingsmodeller. En receptivitet som kan bära förtvivlans ögonblick i utsatthet och sårbarhet. Här tycker jag mig se kraften och det revolutionära i hans mening med lidande. Att inte bara se en diagnos, inte endast referera till vetenskapen, evidensprövningar eller behandlingsmodeller. Modet att se min egen och den unika människans upplevelse av världen i en kontext av samtidens olika prövningar.

Receptiviteten blir som en slags behållare och ett ankare där det finns stöd för förtvivlan att äga rum. Den förtvivlan som är en del av ett liv som ingen vetenskap kan radera ut. En djupare förståelse av den behållaren, det ankaret och förtvivlan kan nås genom Kierkegaards självbegrepp. Och för att få ihop och förstå de förmågor jag undersöker görs nu ett försök att koppla hans förtvivlan och själv-begrepp till händelsen men också till färdigheten att lida.

[...] ett själv är just oändligt olikt det yttre.⁷²

Förtvivlan – Kierkegaards själv

1849 utkom Kierkegaards bok *Sjukdomen till döds* i Danmark. Det är en av hans böcker som räknas till i alla fall den psykologiska världslitteraturens klassiker.⁷³ I boken arbetar han fram en slags lärosats om människans själv, ett själv som han menar är evigt och han gör det genom något av ett, enligt mig, hyllande av förtvivlan. Det är en förtvivlan som kan visa sig i att inte vilja vara sig själv eller känsla av att inte ha ett själv. Det är förtvivlan som i sig självt visar oss att vi har ett själv — vi kan aldrig komma ifrån vårt själv just för det är evigt. Kierkegaard har en gudstro och det eviga självet är för honom förbindelsen till Gud. Jag tycker mig ändå kunna se och använda mig av hans kunnande som ett öppnande för det ordlösa, det otänkta och det vi saknar inflytande över. Han skriver: [...] *förhållandet till sig själv kan en människa inte bli*

⁷² Kierkegaard, Søren, *Sjukdomen till döds*, Guldsmedshyttan: Nimrod, 1996, s. 56.

⁷³ Den utkom på danska 1849 med titeln: *Sygdommen til Døden. En christelig psykologisk Udvikling til Opbyggelse og Opvaekkelese af Anti-Climacus, udgivet af S. Kierkegaard*. Den första svenska utgåvan kom 1881.

*kvitt, lika lite som sitt själv, vilket för övrigt är ett och detsamma, då ju självet är förhållandet till sig själv.*⁷⁴ Det han betonar i citatet och som även är själva nyckeln till hans analys är begreppet förhållande och ordintresserad som jag är finner jag att det både har en matematisk betydelse, omständigheters inbördes inverkan på varandra men även som synonymt till relation.⁷⁵ Vi förhåller oss alltid, på ett eller annat sätt till detta Kierkegaards själv. Och det är detta *förhållande* som kan drabbas av förtvivlan, inte det eviga självet menar han.

Människan är ande. Men vad är ande? Ande är självet. Men vad är självet? Självet är ett förhållande, som förhåller sig till sig självt, eller är det i förhållandet, att förhållandet förhåller sig till sig självt; **självet är inte förhållandet, utan det att förhållandet förhåller sig till sig självt.**⁷⁶

Ett, för mig i alla fall, klurigt citat jag läst om och om igen och om och om igen. Min förståelse av citatet hjälpte med att pröva relation istället för Kierkegaards förhållande och då kunde jag närma mig en egen förståelse. Självet är inte enbart relationen utan *relationen* som *relaterar* till sig själv. Relation är ett substantiv, relaterar ett verb; självet som verb och sig själv som substantivet, och med denna alldeles specifika betydelse vill Kierkegaard lyfta fram förtvivlan i texten – förtvivlan som drabbar relationen inte relationen som relaterar; den är evig.

Kierkegaard menar att förtvivlan är av andlig natur, något som människan aldrig kan bli av med just därför att vi har ett evigt själv. Han skriver fram hur just förtvivlan är vägen till att bli hel — för endast den som äger medvetandet om att vara ett själv kan förtvivla. Och som jag tolkar Kierkegaard är det i förtvivlan möjligheten att bli medveten om detta själv finns. I en svensk ordbok från 1870, i den ungefärliga tid som Kierkegaards bok kom ut, finns att läsa förtvivlans betydelse: *förtviflan: ytterlig sorg, den man ej ens bjuder till att bekämpa, utan öfverlemnar sig åt fullkomlig hopplöshet.*⁷⁷ Idag är ordets betydelse enligt SAOL av annan karaktär; desperat, hopplös. Men i den tid han skrev och benämnde just förtvivlan som beskrivning av det människan kan drabbas av fanns en djupare betydelse och det är så hans förtvivlan bör läsas; förtvivlan som inte ens bjuder till att bekämpas utan där vi överlämnar oss till hopplösheten. Inga tuvor i den betydelsen. Den förtvivlan som enligt Kierkegaard erbjuds mig själv är friheten och modet att lyssna, att se och ta avstånd från det allmänna genom att inte

⁷⁴ Kierkegaard, 1996, s. 19.

⁷⁵ Matematiskt kvoten mellan två tal, omständigheter som inbördes påverkan och relation som ett ömsesidigt utbyte med en annan eller fler parter/delar.

⁷⁶ Kierkegaard, 1996, s. 15.

⁷⁷ <https://www.synonymer.se/sv-syn/förtvivlan> Här blir det tydligt hur Kierkegaards passivt inte betyder motsatsen till aktiv.

bekämpa utan överlämna mig i hopplöshet — som ett passivt mottagande. Att se ångesten och fasan djupare, se sinnesbedrägeriet som förskjuter lidande som något eget till en annan beskrivning genom sitt svepande ur diagnoser och dess tröstande små tuvors behandlingsmodeller. Kierkegaard säger: se, lid och bli fri.

Genom min tolkning av Kierkegaards självbegrepp och förtvivlan kommer jag nu ta mig an den där första kanske snabba och inte helt genomtänkta frasen: psykoterapeuten som ensam med sig själv. Jag har vid några tillfällen och inledningsvis beskrivit hur jag (psykoterapeuter) sitter ensam med mig själv förberedd att hantera ett ständigt okänt. Den reflektionen bygger jag på, som jag redovisat, att jag egentligen aldrig exakt vet vad som kommer uppdragas i ett berättande och det är bara mig själv jag har att ta spjörn emot. Det står då klart att den uppgiften kräver en receptivitet som stöd för att ta emot, vilket för med sig en ökad utsatthet och sårbarhet. Eftersom jag tycker det är så otroligt spännande och blir nyfiken på ord, formuleringar och uttalandens dynamik väcker meningen som jag inledningsvis skrev: *ensam med mig själv* den nyfikenheten. Här finns först och främst finns två; *jag* sitter med *mig själv*. Men där finns också ett tredje, en länk jag vill kalla relation eller förhållande mellan de båda och det är den lilla prepositionen *med* som avtäcker det förhållandet — jag, mig själv och med-et.

Där finns, i ögonblicken, ingen assistent, ingen som följer vid min sida och ser hur samtalet slingrar sig fram genom en skog av känslor, upplevelser och erfarenheter och stöttar mig med reflektioner. Eller gör det kanske faktiskt det? Vi är ju utifrån min tolkning av Kierkegaard och meningens betydelse tre. Låt oss se. I ensamheten sker samtalet med en uppmärksamhet på patientens nyanser i orden, atmosfären som uppstår, tonalitet i rösten och berättelsens faktiska innehåll för att kunna orientera mig. Det blir likt att aldrig veta utan lägga pusselbit för pusselbit utan en färdig bild att följa — ett okänt. När jag tänker på det är det som att jag inom mig är som ett stort bibliotek fyllt med böcker som från golv klättrar utmed väggarna upp till tak — ett *sig själv*. Med flyttbara stegar på skenor går det snabbt att nå alla skrymslen och hyllplan i direkt anslutning till något jag hör eller ser eller förnimmer. Böckerna om alla de berättelser mitt liv bär, böckerna med kapitel om alla människor jag samtalat med, faktaböcker från utbildningar, oskrivna böcker utan ännu satta titlar av erfarenheter ännu inte formulerade. Avdelningar med de olika böckernas karaktärer; skratten, tårarna, skammen, ensamheten, sorgen, smärtorna, gemenskapen, värderingarna som vuxit fram ur erfarenheter och hopsnickrade önskningar nedskrivna på små slitna servetter utifrån olika händelser som påverkat. Mottagningsrummet jag sitter i varje dag finns där. Alla står de där sida vid sida. Ett enormt biblioteket med ständigt nytillkommande och utbytta meningar, satser, kapitel, titlar

och ord, massor av ord. Men även de meningar som fyllts av Kierkegaards sinnesbedrägeri, de som inte vill se ett annat, ett nytt, ett okänt, det främmande.

Så när jag sitter där med min patient är bibliotekets ut- och ingång min blick, min hörsel, mina förnimmelser genom köttet; ansiktet utåt som är i stånd att ta emot berättelserna — ett *jag*. Det ansikte som å ena sidan förhåller sig till det enorma biblioteket å andra sidan till det som sker i samtalet — genom länken *med*. Kierkegaard beskrivning av självet, och min fria tolkning av honom, (från ovan citat): *självet som ett förhållande som förhåller sig till sig själv*, går på ett spännande vis att koppla till min beskrivning — när jag då ser biblioteket ser jag det han beskriver som *mig själv*; alla erfarenheter, önskningar, fasta övertygelser och kunnande. *Självet* relaterar till relationen (*med*) som pendlande rör sig mellan det jag kallar ansiktet, jag, och det som finns i biblioteket, mig själv. Återigen min tolkning av Kierkegaard, blir att här äger hans mottaglighet rum, det är härifrån utsattheten och sårbarheten görs tillgängliga. Genom att kunna se och höra det jag hör och ser och beröras av de böcker och anteckningar som finns i mitt bibliotek och genom relationen mellan dem blir det möjligt. Och i den mottagligheten med den presumtiva förtvivlan finns färdigheten att lida i sin linda, jag tror att det är här lidande kan äga rum. Men, nota bene, ordlöst precis som förtvivlan och lidande är — vilket vi kommer fördjupa till i nästa del.

Självet är fri i sitt relaterande menar Kierkegaard och kanske är det den friheten han menar som jag tror blir så svår att benämna och därför namnges som själ eller ande och blir med de namnen associerat till något religiöst. Och kanske är det så för att den själ/ande laddas som ovetenskapliga just för att det inte finns en säker metod att undersöka den på, att evidenspröva — möjligtvis för att den inte relaterar med orden. Om det skulle finnas någon form av evidens av dess närvaro utan en religiös karaktär så finns den nog mest att finna konturerad i konsten. I musiken, i litteraturen, i mycket av filosofin, i samtalen som tar risken att tysta pratet och öka lyssnandet på mellanrummen och i modet att göra sig mottaglig för det främmande och okända, det som inte tillhör det allmänna, sinnesbedrägeriet.

Det som jag tror drabbade mig i ögonblicket då jag, som jag själv beskrivit, såg rakt in i lidandets kärna var förtvivlan och det var och är förtvivlan som blev prövningen — Kierkegaard skriver: *att i förtvivlan inte vilja vara sig själv*.⁷⁸ Min tolkning blir att genom den förtvivlan jag erfor kunde jag dels uppleva det (sig) själv jag ville vara; den som tröstar, lämnar tuvor på farliga myrar, pratar mig och patienten ur förtvivlan dels det själv jag, och människan, egentligen äger — ett (evigt) själv i frihet att agera med en potentiell färdighet att lida. Då blir

⁷⁸ Kierkegaard, 1996 s. 15.

prövningen för den färdigheten en möjlighet till det Kierkegaard menar som självetts frihet — *relaterandet* till relationen (ansikte – bibliotek).⁷⁹ Det själv som kan ta sig ur att mediera, det själv som tar sig ur fångenskapen i orden — ur det som kan förklaras.

Självet blir grunden för möjligheten att erfara ett okänt och med den rörelsen öppnas en färdighet att lida och det är förtvivlan som kan hjälpa oss dit, menar Kierkegaard. Självet som tar emot innan vi ens förstår eller tänkt — i min stund då jag såg rakt in i lidandets kärna och förmådde erfara förtvivlan. Vi bär färdigheten att lida genom vårt själv som egentligen i sig självt är fritt från sinnesbedrägeri och förvrängningar, fritt i att se det främmande i prövningarna vi möter i ett liv. Och i det främmande finns naturligt inga ord ännu, det är ju just främmande — där finns bara möjligheten för ett passivt mottagande om vi har modet att stå utan orden. Kierkegaard menar att det är i den ensamheten med ordlösheten utan jämförelse med någon annan eller något annat vi kan nöja oss med att vara människa, ett själv som relaterar till ett evigt och som kan förtvivla.⁸⁰ Friheten ligger i självetts ordlöshet för det är där vi kan erfara det sinnesbedrägeriets slöja hindrar oss att se just genom orden — det främmande och okända som prövningarna för själens möjlighet till växt. Förtvivlan är påminnelsen för det. Jämförelser tar död på den möjligheten och att tro att vi redan skulle veta eller redan kunna är just en bedräglig jämförelse. Mina tuvor på myren visar den; min bild av psykoterapeuten som tror sig kunna trösta bort ett lidande (mig själv) med den människa i psykoterapeuten som jag fann mig själv i att inte kunna (självet).

Jag vill här, mot bakgrund av Kierkegaards själv, ta in Orange olika rum i klinisk hermeneutisk sensibilitet; mottagningsrummet, livserfarenheter, minnen och all erfarenhet av samtal och timmar i professionen. Alla presumtiva receptionister — självet som receptivitetens boning, som rummet och rummen, biblioteket. Jag kan se dem alla, receptiviteten, förståelsen och utsatthetens förtvivlan som förmågor för dess transcendenta möjlighet genom självet (relaterande) till färdigheten att lida. Transcendent i bemärkelsen *något som är större och mäktigare än oss själva och som vi saknar inflytande över*⁸¹ och som man ej ens bjuder till att bekämpa, det passiva mottagandet. Vi finns ju precis egentligen alltid i ett okänt.⁸² Vi kan se relaterande som receptivitet av ett okänt där ett lidande kan äga rum som oöverskådligt pendlar mellan ansiktet (jag) och biblioteket (mig själv). Om jag öppnar mig för det, öppnas den glänta

⁷⁹ Kierkegaard, 1996, s. 31.

⁸⁰ Kierkegaard, Søren, *Uppbyggliga tal i skiljaktig anda*, Öneköp: Nimrod Förlag, 2013, s. 158–159.

⁸¹ Se tidigare citat av Tokarczuk.

⁸² Jag kan inte hitta citatet men minns att Bodil Malmsten skrivit; *Allt som sker är nytt* och hur otroligt sant det egentligen är, men hur ofta ser vi det just som så.

där tänkandet vågar ut ur kravet på klarhet och absolutitet genom en tystnad som ger plats för möjligheten av ett passivt mottagande och därmed ett presumtvt lidande.

[...] att bli till sig själv är ju just en rörelse på stället. Att bli till är en rörelse från stället, men att bli till sig själv är en rörelse på stället.⁸³

Så skriver Kierkegaard och med ett långsamt läsande av citatet avtäckar sig en slags rörelse från förmåga till färdighet. På stället. Det är där de båda ögonblicken drabbade mig.

#

Jag sitter stilla i min fåtölj, hon sitter mittemot och min uppmärksamhet är både fokuserad och avslappnad. Inget rör sig egentligen i mina tankar bara en slags väntan som utan krav. Kanske tiden i världen har bedarrat, det känns så. Ingen rusar. Ingen har bråttom. Stilla väntar vi kanske båda — uppmärksam. Klockan tickar meditativt — med tidsangivelse som i stunden blir oväsentlig och möjligen bara som en illusion.

- *Jag är så trött på allt lidande!*

Hennes ord skär oresonligt rakt genom atmosfären och öppnar en avgrunds djup glipa. Allt är fortfarande helt stilla men samtidigt förunderligt kaotisk. Kroppens respons är tyngden mot bröstet. Tanken är tom. Orden är otillgängliga och märkligt nog med en känsla av att de inte behövs. Det är över och pågår under ett ögonblick och en evighet. Ett ställe. Jag är på ett ställe. Det är ett ställe av både förtvivlan och lugn, kaos och märklig ordning. Som att jag rycks upp ur en slummer och vaknar i en verklig verklighet; jag ser och det gör så smärtsamt ont. Det finns ingenting att ta tag i, hålla mig i men något håller mig. Känslan är hisnande. Möjligen ett ställe jag bara kan bli i.

#

Ett ställe där reflektion kan ges möjlighet att få födas fram ifrån. Där utebliven tröst kan bli ett ställe för givande av mod genom en receptivitet med möjlighet att se, att förtvivla — utan orden, utan de tänkta tankarna. Och utan att ha en aning, eller i ögonblicket förstå detta så förstod jag — utan att tänka. Möjligen blev jag, på någon plats i ögonblicket medveten om min förtvivlan

⁸³ Kierkegaard, 1996, s. 38.

som jag efteråt kunde ge ordet förtvivlan och det som där efter ville hjälpa mig var hänvisningen av *ord blev kött*. För det finns, menar Kierkegaard, olika förtvivlan, dels den medvetna förtvivlan dels den icke medvetna förtvivlan. Självmedvetandet är det avgörande förhållandet till självet, skriver han och fortsätter: *ju mera medvetande, desto mera själv; ju mera medvetande, desto mera vilja; ju mera vilja, desto mera själv*.⁸⁴ Kanske blir den omedvetna förtvivlan den förtvivlan som diagnostiseras, bedöms, mäts genom manualer och skattningsplaner och som naturvetenskapen sätter in behandlingsplaner på för att om möjligt förflytta oss bort från det som är att vara människa. Den vetenskapliga evidensprövade behandlingen som gör oss mindre mottagliga för en medveten förtvivlan. Vi hindras från att vara där i upptäckandet av självet genom, i alla fall för mig, tuvor som vapen.

Jag tror vi båda, min patient och jag, utifrån vår plats i en del av världen såg, uppfattade och upplevde, både lidande och lidande av lidande och vår begränsning av att ge tröst; alla önskingars ouppfyllbarhet. Vi erfor förtvivlan — *ty förtvivlan är mycket riktigt att ha förlorat det eviga och sig själv*, skriver Kierkegaard och fortsätter: *du skall genom denna förtvivlan om självet fram till självet*,⁸⁵ fram till självets relaterande mellan sig själv och mig. Ett själv som finner sig själv genom självmedvetenhet. I ögonblicket i mitt mottagningsrum gavs vi möjligheten till nytt och okänt då förtvivlan beredde väg för möjligheten av det själv som förmådde se. Kierkegaard skriver;

Ju mer genomreflekterad förtvivlan blir, desto mer sällan förekommer den i världen. Men detta bevisar, att de flesta människor ännu inte är komna särskilt djupt i detta med att förtvivla, däremot visar det ingalunda att de inte alls är förtvivlade. [...] De har lärt sig att frukta [...]⁸⁶

Tuvorna jag så länge hållit mig fast i var jag tvungen att smärtsamt släppa taget om, hopplösheten som förtvivlan tog plats istället och det var så omskakande och farofyllt som att jag mött slutet på det jag som jag trodde var fast och stadigt. Ja, faktiskt med en känsla av skam över att inte kunna mitt hantverk.

Jag befann mig i händelsen i ett öppet och sårbart läge, jag blev som med en blixtnär från en klarblå himmel medveten om pandemins effekter över hela världen och att vi alla levde i en ovisshet i varhän detta skulle leda — totalt okänt! Men också med erfarenhet av ögonblick med

⁸⁴ Kierkegaard, 1996, s. 31.

⁸⁵ Ibid, s. 64 och 67.

⁸⁶ Ibid, s. 59.

tuvor och min missriktning med dem, hur jag hindrat möjligheter för en annan. I den sfären, i det tillståndet levde vi båda och hade utifrån våra olika professioner sett så mycket och i den vetenskapen samtalande vi och jag måste erkänna att jag samtidigt på ett oformulerat vis förstod att jag förhållit mig till situationen som det-fixar-sig. I ögonblicket då jag såg rakt in i lidandets kärna genom hennes ord erfor jag ändligheten - oändligheten, den dialektiska rörelse Kierkegaard menar människan tvingas förhålla sig till, i ögonblicket tror jag att jag förmådde.⁸⁷ Som förmådde mig känna den obeskrivliga smärtan i åsynen av kropparna på rad på Covid-IVA, hur nya kroppar kom in i salarna och döda kroppar respektfullt rullades ut till särskilda salar, ensamma utan både tillfälle och tillåtelse för ett sista farväl med anhöriga. Smärtan och uppgivenheten i mannens blick min patient mötte, jag kunde se den. Dödsannonserna i Dagens Nyheter sida upp och sida ner, siffrorna i svart varje dag längst ner på första sidan som visade hitintills antal döda i Sverige, i världen. Förtvivlan. Det fixar sig höll inte längre, så här ser verkligheten ut öppnade sig och jag kunde bara ta emot omfattningen. Kierkegaards dialektiska belägenhet ändlighet — oändlighet skapade den glipa då det i sekunden plötsligt lutade bara åt ett enda håll — ändligheten! I den rörelsen var det möjligt att förtvivla — självets strävan att ta in helheten; (...) *att i resignationens smärta se omöjligheten i ögonen.*⁸⁸ För i den blicken, av en slags ren pur förtvivlan finns inget att göra, än heller något att säga — i den smärtan finns ingen tröst, menar Kierkegaard, det är att fatta livets skräck; önskan är ouppfyllbar. Kanske erfor jag skrällen inför önskans ouppfyllbarhet och öppnade därmed, om jag följer Kierkegaard, färdigheten att kunna lida.

Relationen mellan mig och mig själv med självet som förhåller sig till sig själv med den relaterande rörelse som är möjlig mellan det jag kallade ansiktet och biblioteket har visat sig vara en viktig rörelse genom förmågorna förståelse, receptivitet och utsatthet. Den sammanfattningen visar även fram ett tillstånd som inföll i förtvivlans ögonblick då kontakten med relationen skakades om — ordlösheten, tystnaden. Pratet, orden och tröstens tuvor som vid andra tillfällen av förtvivlan även varit mina tuvor på myren kunde inte fås. En sådan tystnad och ordlöshet blir viktig och behövs tittas närmare på och som jag antar är av betydelse som hjälp i att se hur förmågorna kan ge en färdighet i lidande. En tystnad och ordlöshet som enligt Kierkegaard endast nås genom tigande.

⁸⁷ Kierkegaard beskriver hur människan tvingas förhålla sig till olika dialektiska belägenheter: ändligt – oändligt, timligt – evigt, nödvändighet – möjlighet. Se Kierkegaard 1996, s. 15.

⁸⁸ Kierkegaard, 1995, s. 47.

Kierkegaards tigande

Så står det: "I begynnelsen var *ordet*"
Här får jag redan stanna och begrunda.
Har ordet sådan vikt? Nej, den som tror det
far vilse, och jag tolkar annorlunda
när anden hjälper mig att rätt förstå.⁸⁹

Texten är från Goethes *Faust* och den får inleda denna del som är ett försök tydliggöra Kierkegaards tigande som jag vill mena är ett avgörande för färdigheten att lida. I citatet ifrågasätter Faust ordens vikt och hur vilse vi kan gå med endast dem som kompass men hur anden kan hjälpa rätt. Den ande Faust refererar till verkar i citatet ordlös och kanske just därför äger förmågan rätt förstå. Genom mitt utforskande av händelsen 2021 slingrar sig faktiskt en röd tigande tråd, det är den om det som kan förstås utan att tänka, ordet blev kött, i utsatthetens förtvivlan. Den tystnad som visar sig då orden inte finns, receptiviteten som förnimmelser och Kierkegaards mottaglighet som ett avståndstagande mot den verklighet som orden de facto skapar. Där finns någonting utöver och bortom ordet som paradoxalt behöver sättas ord på — om det gör sig möjligt. Ande? Själ? Någonting större än oss? Det är intressant att märka hur orden, som jag och vi skapar vår värld med och av, sviktar då vi kommer till platsen utan tuvor. Hur där dörren till ångest öppnar sig eller ifrågasättandet av vad som är verkligt visar sig; önsknings ouppfyllbarhet som vi vet finns men inte har ord för att benämna annat än de vi försöker ersätta förtvivlan med äger rum: ångestsyndrom, depression eller andra liknande begrepp. För Kierkegaard blir det i tigandet färdigheten att kunna lida äger rum. Och för honom ett möte med det gudomliga, med Gud, men jag vill försöka skriva fram den platsen som ett avgörande skeende av förmågornas möjlighet till färdigheten att kunna lida som ett praktiskt kunnande.

Eftersom människan har talet, till skillnad mot naturen, är det en konst att tiga, menar Kierkegaard. Han menar att tiga är att upphöra med ord, prat och det ständiga tänkandet genom inre monologer, att benämna och kategorisera, att jämföra. Att inte använda allt det, blir en konst där vi verkligen kan förmå oss att lyssna och att höra. I ett ögonblick i händelsen uppstod ur förtvivlan ett spontant tigande, det fanns inga ord att klä upplevelsen med, det fanns inga tänkta tankar, kanske därav farfars citat då jag gav mig av hemåt efter dagen där fanns bara kött

⁸⁹ Goethe, Faust, citerad i Hejinian, Lyn, *Det öppna och det säregna*, Stockholm: Bokförlaget Lejd, 2015, s. 45. Jag har inte lyckats hitta originaltexten av Goethe.

— som att stå kvar i en utsatthet genom tigandet. Att det mänskliga talet inte bär botens tröst genom sitt pratande med sin flykt från önskningarnas ouppfyllbarhet, det kanske både jag och min patient förstod utan att kunna tänka det. Vi teg båda efter hennes uttalande och det var möjligtvis därför jag kunde lyssna och verkligen höra; jag hörde min situation, hennes situation och människans situation — jag kunde lyssna och där *höra* lidandets kärna.

*Begyndelsen er ikke det, man begynder med, men det, man kommer til; og man kommer baglænds til den. Begyndelsen er denne Kunst at blive taus [...].*⁹⁰

I boken *Lilien paa Marken og Fuglen under Himlen*, som citatet är hämtat ur, ger Kierkegaard en noggrann redogörelse vad tigande innebär. I citatet ger han en vägvisare in i tigande — början till något kommer vi till baklänges genom konsten att tiga. Först då kan ögonblicket visa sig — vi behöver förbereda oss genom tigande och vara redo. Det betyder att det är genom tigandet vi kan komma till det som egentligen alltid finns närvarande — det okända, det oupptäckta och främmande skapat av sinnesbedrägeriet genom dess fördunklande slöjor.

Kierkegaards bok utgår från Evangeliet enligt Matteus och Herrens budskap till människan att lära av liljan på marken och fåglarna under himlen; tigande, lydnad och glädje. Kierkegaard skriver inledningsvis i texten att vi må lära av liljan och fågeln; *Taushed, eller lære at tie* (tystnad, eller lära att tiga).⁹¹ Hans begrepp tiga kan i en första anblick låta lite hård, särskilt för en 60-talist som jag, uppvuxen på landet. Tig! kunde vara en hård tillrättavisning när ysterheten och babblandet hos ett barn kunde gå över styr (enligt en vuxen) — men jag tror mig se Kierkegaards andemening. Att tiga kräver något mer; i tigandet förflyttas vi ut ur tankevärlden, världen av sinnesbedrägeri, in i en total uppmärksamhet av ett ännu okänt. Skräcken, det vill säga rädslan, fasan, bävan och ångesten inför ett okänt, med betydelsen oformulerat och ordlöst, kan bli en början in emot det tigande som låter oss höra och som lär oss lyssna, det är så Kierkegaard menar att vi kommer baklänges till början. I den djupaste bemärkelse är skräcken tigandets och visdomens början, fortsätter han. I tigandet faller tänkandet, önskningarna och längtan stilla ner och frihet kan möta oss. Frihet från språkets ständiga formuleringar och försök till fasthållande av hur något är — även de faller stilla ner.⁹² För genom tigandet öppnar sig ett

⁹⁰ Kierkegaard, Sören, *Lilien paa Marken og Fuglen under Himlen*, <https://tekster.kb.dk/text/sks-lf-txt-root>, s. 2. *Liljorna på marken och foglarna under himmelen: tre andelige tal*, Rylander, 1853. s. 4. *Början är inte det man börjar med utan det man kommer till; och man kommer baklänges till den. Början är konsten att tiga [...]* (egen översättning).

⁹¹ Ibid, s. 4.

⁹² Kierkegaard, <https://tekster.kb.dk/text/sks-lf-txt-root> s. 5 ff.

lyssnande och det är först nu jag verkligen kan höra, inte prata på som jag själv gjort genom att kasta tuvor då patienten håller på att sjunka genom. Eller genom en form av inre planering genom att bestämma vad, när och hur jag ska säga något som förhoppningsvis ska ge tröst. Det skulle också kunna förstås som att jag kunde höra farfars bibelcitat just genom mitt tigande, det var i ögonblickets tigande hans röst kunde växa sig fram och höras; orden hade dräpt. Jag kan inte vänta på att någons röst kommer komma, den röst som kommer, kommer komma. Kierkegaard skriver:

Saa kommer da Øieblikket, og naar saa Øieblikket kommer, saa fostaar den tause Lilie, at nu er Øieblikket, og den benytter det. [...] kun ved at tie traeffter man Øieblikket [...]⁹³

Vi träffar ögonblicket tigandes, precis så som skedde.

Det ögonblick min patient och jag kom till uppstod inte som ett isolat mellan oss den där dagen, något som bara framträdde ur ingenting. Det uppstod och vecklade upp sig ur relationen mellan oss två genom båda vårt passiva mottagande. Kanske var det just så, om jag följer Kierkegaard, att det var genom tigandet *innan* hon sa det hon sa som verkade för att orden kunde komma, att hon och även jag kom till Øieblikket genom vårt tigande — upplevelsen i ögonblicket var plötslig och utan förvarning. Jag tror jag först kände mig avslöjad, avslöjad i det-fixar-sig som en slags oändlighetens tro genom alla de tuvor jag så många gånger kastat fram i tron att jag kan trösta och bota. Vad hon erfor det vet jag inget om, vi har inte talat om den på ett sådant vis. Vi har benämnt det men delandet i det benämmandet har mer visat sig genom ett slags samförstånds tigande utan ett formuleringstvång, jag kan beskriva det som något vilket skulle kunna liknas vid en avskalad blygsel, sårbarhet, sedd genom små ödmjuka varma leenden under tigande. Min känsla av den är ändå att något abrupt steg fram ur, öppnades upp, gjordes mottagligt i det absoluta ögonblicket och det var till viss del omringat av något annat än en angenäm känsla. För petar jag noggrant i den finner jag olika små rester av skuld intimt kopplat till min, i ögonblicket, oförmåga att kunna utföra det jag satt där för att utföra — lindra lidande till någon slags försoning; där fanns helt enkelt ingen lindring och jag var kanske avslöjad i det. Men det kanske också var precis här som mitt professionella kunnande visade sig — jag förstod, utan att tänka, att tiga. Inte heller fanns hennes förmåga till lindring av lidande av hennes erfارande från covid19-IVA. Det var tigandet som öppnade för hörande; orden hade dräpt.

⁹³ Ibid, s. 6. "Så kommer då Ögonblicket, och när Ögonblicket kommer, så förstår den tigande liljan, att nu är Ögonblicket, och använder det. [...] endast i tigandet träffar man Ögonblicket." (egen översättning)

I *Liljorna på marken och foglarna under himmelen: tre andelige tal*⁹⁴ lyfter Kierkegaard fram ytterligare två lägen vilka i boken flätas samman och vecklas upp ur tigande och ur vilka han, genom något som liknar en predikan, skriver fram en livsfilosofi: tigande, lydnad och glädje. Vi ska inte fördjupa oss i lydnad och glädje som följer på Kierkegaards tigande i den här essän men jag nämner dem för att ge en hint om den frihet som ändå kommit fram vid några tillfällen i essän med refererat till Kierkegaards färdighet att lida genom tigande som ett kunnande och eventuellt som ett professionskunnande i lidande. Boken startar upp med en slags bön:

Fader i Himlene! Hvad man, i Selskabet med Mennesker, især da i Menneske-Vrimlen, saa vanskeligt faar at vide, og hvad der, hvis man andesteds har faaet det at vide, saa let glemmes i Selskab med Mennesker, især da Menneske-Vrimlen – hvad det er at være Menneske, og hvad der gudeligt er Fordringen til det at være Menneske: at vi maatte lære det, ellerhvis det er glemt, at vi atter maatte lære det af Lilien og Fuglen; at vi maatte lære det, om ikke paa een Gang og Alt, saa dog Noget deraf, og lidt efter lidt; at vi denne Gang maatte af Fuglen og Lilien lære Taushed, Lydighet, Glæde!⁹⁵

Kierkegaard lyfter i den här bönen bland annat fram svårigheterna för oss människor att lära och komma ihåg det vi egentligen en gång lärt när vi blir bland andra människor; hur det är att vara människa och vad som krävs av oss för att vara en människa — det som liljan på marken och fågeln på himlen vet och som även människan vet utifrån en gudomlig synpunkt; tigande, lydnad och glädje. Ur texten bygger Kierkegaard upp något av en väldigt kraftfull djup och intressant livsfilosofi. Han vill hjälpa oss lära av tigande och att fortsätta tiga.⁹⁶ Det han tar fasta på är att det är endast i tigandet vi kan möta ögonblicket:

Nei, kun ved at tie træffer man Øieblikket; idet man taler, blot man siger eet ord, gaar man Glip af Øieblikket; kun i Tausheden er Øieblikket.⁹⁷

Endast genom att tiga möter vi ögonblicket, endast i tigande är ögonblicket. Om vi då gör en koppling till Kierkegaards lidande, det passiva mottagandet att låta ske, se dagen lida — så ser vi hur förmågan att tiga blir en avgörande färdighet i att lida. Och att ögonblicket öppnar sig genom tigandet för att där ta emot det okända genom att möta bävan, fasan och ångesten, att

⁹⁴ Kierkegaard, <https://tekster.kb.dk/text/sks-lf-txt-root.pdf> s.2.

⁹⁵ Ibid, s 1.

⁹⁶ Ibid, s. 4.

⁹⁷ Ibid, s.6. "Nej, bara genom att tiga möter man ögonblicket; genom att tala, bara säga ett ord, missar du ögonblicket; bara i tigande är ögonblicket". (egen översättning)

låta ske genom ett passivt mottagande av det som kommer oss till mötes i ögonblicket; bara så kan vi uppleva det, genom tigande. Det är då vi kan befinna oss i det passiva mottagandet.

Jag tycker mig nu se att förståelse, receptivitet och utsatthetens förtvivlan genom Kierkegaards själv är förmågor vilka kan förstås som kraft och förutsättningar för färdighet att lida genom det sista avgörande skeendet; tigandet. Det går även förstå att i dem alla bor ett mod, nästan utan motstycke. Ja, nästan så att det, nu då jag skriver raderna, gränsar till en galenskap. Är det möjligt att vara där?

I Karl Ove Knausgårds roman *Morgonstjärnan* får en av huvudfigurerna, Egil, en upplevelse och insikt under en resa i den grekiska övärlden.⁹⁸ Kunde man vara bara en människa på jorden, frågar sig Egil efter att ha tagit del av Kierkegaards text — den vi nu försöker greppa. Det är i tigandet som liljan på marken och fågeln i himlen befinner sig. I det finns inget imorgon, inget igår eller sedan, där finns bara ögonblicket vi kommer till baklänges. Då skulle, att vara bara människa, vara utan historia, utan språk utan framtid utan namn — endast Guds namn. Egil finner i Knausgårds roman en enorm frihet då han tänker tanken men förstår efter hand hur omöjligt det är att bara finnas i ett ständigt ögonblick. Människan har talet och det skiljer, bland annat, oss från liljan som har en enkel essens; hon har inget antingen/eller där val kan hanteras, människan har en dubbel essens — hon har ett antingen/eller och har därmed möjligheter att avgöra de vägval hon är i behov av — och min egen tolkning blir att det är i tigande, att inte tala inte tänka utan lyssna som ger oss möjligheten att erfara det okända där det egentligen inte finns något val.⁹⁹ Kierkegaard fortsätter dock i sin text att ändå hävda den dubbla essensen möjlighet, han skriver: *Ingen kan tjene to Herrer; thi han maa enten hade den ene og elske den anden, eller holde sig til den ene og foragte den anden.*¹⁰⁰ Vilket får en starkare betydelse av eventuella val; ingen kan tjäna två herrar utan vi behöver och måste välja herre, minns hans beskrivande av hur ord per definition bär jämförelse — en herre ingen. Och det är här hans lydnad träder fram ur tigande. Låt mig nu låta oss se tillbaka på Greta Thunberg och hennes situation i relation till Kierkegaards text — hon skulle kunna, som Trump har uttalat sig om, gå i skolan och leka med jämnåriga och se livet an och engagera sig i klimatfrågor på fritiden. Men Greta kan inte välja två herrar, klimathotet och leka med jämnåriga; Greta tjänar planeten och arternas och generationers liv på den. Att leka med jämnåriga och se livet an med klimatfrågor

⁹⁸ Knausgård, Karl Ove, *Morgonstjärnan*, Stockholm: Norstedts Förlag, 2020, s. 408–412.

⁹⁹ Kierkegaard menar nog mer att det är begäret djupt i människan som vet, vi gör inte "valet" såsom övervägande existentialister menar – kognitivt.

¹⁰⁰ Kierkegaard, <https://tekster.kb.dk/text/sks-lf-txt-root.pdf> s. 9. "Ingen kan tjäna två herrar; ty han måste antingen hata den ene och älska den andre, eller hålla sig till den ene och förakta den andre. (egen översättning)

som fritidssyssla är inte hennes herre. Greta har modet att lyda och följa lydnaden till det hon tror på. Och om jag gör en koppling till min praktik och händelsen och lära av den skulle till exempel de två herrarna vara; en vilja ge tröst och lisa eller lyssna på och i förtvivlan höra lidande i berättelser, i samtalande. Ja, då blir lydnad genom att förtvivla en herre att tjäna. Trots skulden och känslan av att bli avslöjad fanns det paradoxalt inget i ögonblicket egentligt val — jag tror jag hade passerat vägskalet genom tigandet. Och jag tror även min patient genom det fick möjlighet för detsamma.

Det som förenar människan med liljan och fågeln är att genom tigande vet vi vårt lidande och vår utsatthet, menar Kierkegaard, det är då vi genom vår uppmärksamhet verkligen kan lyssna och framför allt höra. Enligt Tokarczuk: *något som är större och mäktigare än oss själva och som vi saknar inflytande över*. Ögonblicket. Det där ögonblicket som Kierkegaard menar vi kan erfara endast genom tigande och det är i ögonblicket vi både kan erfara lidande och göra oss fria, menar han. Där friheten ligger i att inte sätta ord på ögonblicket i ögonblicket, inte vara otålig med ögonblicket då det drabbar oss utan passivt ta emot; och känna sorg vävt med modet. Det är inte medlidande, det är lidande.

I ett psykoterapeutiskt samtal, som visserligen är bokat i förväg, finns ögonblicken egentligen alltid tillgängliga — om vi tiger; det som kommer, kommer smygande och vi kan bara tiga för att veta att nu är det här, menar Kierkegaard.¹⁰¹ Det betyder naturligtvis inte att jag som psykoterapeut kan sitta tigande genom ett helt samtal, det betyder snarare att i modet att mer tiga kunna väcka lyhördhet och uppmärksamhet för oss båda, ge tillfällen möjlighet att träda fram utan tuvor. I min tolkning, av det Kierkegaard menar, ett pågående pendlande själv genom tigande som i lyssnande i samtal och upplevelser av det för en ständig beredskap av det okända. Men det kräver en stark tillit som jag menar bygger på erfارande som reflekterats över och tiganades lyssnat på. Genom ett tigande släpper vi liksom taget med ett passivt mottagande och låter, med den handlingen, båda våras själv, genom tigande avtäcka världen (sinnesbedrägeriet) och vår utsatthet och sårbarhet, vi kan inget annat än ha tillit då — genom färdigheten att lida.

I händelsens absoluta två ögonblicks mitt fanns egentligen bara ett — tigandet. Men det är ett kvalificerat tigandet som måste föregås av förmågorna att förstå, vara receptiv och modet erfara förtvivlan. I händelsen hann jag uppfatta en stark upplevelse av förtvivlan, en kort intensiv känsla av skuld därefter var det endast tigande. I rummet. Relationen ansiktet biblioteket. Jag. Mig själv. Hon. Lidande som liksom förflöt och förflöt genom tigande som bar

¹⁰¹ Kierkegaard, <https://tekster.kb.dk/text/sks-lf-txt-root.pdf> s. 6.

oss båda genom vårt passiva mottagande med en frånvaro av otålighet. Lidandet ska, som Kierkegaard menar, användas och inte rådats bot på; tigande frigör tyngden i lidande genom förflytandet i utsattheten — transcendensen ur det allmänna. Här blir Kierkegaard stark, tycker jag, då han sträcker sig ut emot oss i sina över 170 år gamla texter och ber oss lyssna, ber oss höra, ber oss ta emot det ännu okänt som döljer sig bakom sinnesbedrägeriets slöja för att skapa möjlighet se och agera genom modet att se fasan, bävan och ångesten. För oss att ta oss an både hans mottaglighet men framförallt hans tigande. Lydnad, som Kierkegaard använder som rörelsen från och i tigande emot glädje, är måne ett starkt ord med många laddningar, men som jag förstår honom är det där frihet kan äga rum och det är en frihet från sinnesbedrägeriet, det medierade, frihet att se, höra, kännas vid utan att tvingas benämna. Boken *Liljan på Marken och Fågeln på Himlen* är en mycket kraftfull och revolutionär omskakning även i vår samtid. Kierkegaard manar oss att se, höra, lida och träda ut ur det välkända formulerade och att ta oss an modet att inte veta — för att där känna glädjen.

När lidandet ges möjlighet som ett passivt mottagande genom tigande tas enligt Kierkegaard en rörelse i, det han benämner som den enskilde. Den enskilde är inte en partikulär individ utan: (...) *någonting som väsentligen inte är universaliserbart*, det är en strävan — ett kunnande och en konst.¹⁰² Kierkegaard menar att det är längtan efter det okända som kan öppna vår mottaglighet inför ett nytt och en sådan mottaglighet är bara möjlig genom tigande och uppmärksamhet. Det är i den rörelsen den enskilde kan träda upp ur det allmänna, det som är känt, det vi rör oss i utan att reflektera eller undra över och som han även benämner som ett sinnesbedrägeri.¹⁰³ I detta allmänna lever språket, det talade, det tänkta och där medieras verkligheten vilket betyder ett förmedlande av information om verkligheten medan i tigande finns något annat än det vi kallar ”verkligheten” — möjligheten till det nya, det okända.¹⁰⁴

Enskildblivandet är ett moment, ett slags verb skulle jag säga i ögonblicket. Genom Kierkegaards tigande blixtrar något till och i den utsattheten och förtvivlan är det som att vi träder ut ur oss själva, ut ur det allmänna, och in i något okänt — vi förflyter, överskrider och erfar något jag skulle vilja benämna som värdefullt; ett ögonblick av presumtiv frihet, transcendensen. Ett enskildblivande, inte som ett nytt tillstånd eller position, utan snarare, paradoxalt, som ett existerande erfarande av blixtrande frihet.¹⁰⁵ Vi kan, tror jag, i ett ögonblick tillåta oss se vår begränsning, alla de ouppfyllda önskingarna — i min händelse för mannen

¹⁰² Hjertröm Lappalainen, 2008, s. 15–16, 23.

¹⁰³ Ibid, s. 31.

¹⁰⁴ Kierkegaard, 1995, s.45.

¹⁰⁵ Kierkegaard, 1995, s. 33.

att kunna röra sig igen, pandemins offer att slippa plågas och dö, mitt lyckande i att kunna trösta. Det var inte möjligt. Det var som det var och skulle vara — ouppfyllbara önsknings; livets skräck. Jag såg det. Jag hörde det. I det, menar Kierkegaard, uppstår den enskilde; i ett utträde upp ur det allmänna och sinnesbedrägeriet faller slöjorna.

Det som löper samman med Kierkegaards enskilde är att det är ett existerande som lidande — det är först där, genom lidande, en människa kan bli enskild och får betydelsen både av att varje människas lidande är unikt men också att lidande faktiskt är utan ord — det bärs i tigande.¹⁰⁶ *Lidandet är alltså inte bara en fråga om att vara plågad, utan det är också en fråga om receptivitet och en form av passiv handling*, skriver Hjertröm Lappalainen och placerar med den meningen lidande som en möjlighet till ett existerande i dess djupa bemärkelse.¹⁰⁷ Om jag gör en koppling till händelsen och dess två ögonblick kan jag förnimma att jag paradoxalt nog kände mig på riktigt levande i varenda cell.

Kierkegaard skriver fram det han benämner som en första rörelse av fler: *resignationens rörelse* — det som allra först innebär att fatta livets skräck. Den själ som förmår se och fatta livets skräck, menar Kierkegaard, och tar sig tiden att förstå att hennes önsknings är ouppfyllbara — hon kan ge upp, resignera, och med det försonas med sin smärta och genom sin smärta.¹⁰⁸ Det tarvar på en förmåga till receptivitet, precis som Hjertröm Lappalainen skriver, att göra sig mottaglig, och för att kunna göra sig mottaglig tror jag, fodras något som bärs i den egna kroppen det är modet hos det pendlande självet som relaterar till pendlandet mellan ansiktet och biblioteket. Lagg där till Kierkegaards lydnad, minns Greta Thunberg och leken eller planeten, de två herrarna; professionsfärdigheten i att lida kräver ett mod i utsatthet för att träda ur det allmänna genom pratet som tuvor på myren och i tigande höra den andre, det okända.

Att resignera, känna förtvivlan och finna sig i sitt öde. Jag satt där jag satt och kunde denna gång inget annat göra, ingen annan bli och i förtvivlan fann jag mig i situationen jag var i — här finns ingen tanke — jag blev på stället som Kierkegaard skrev. Det är förtvivlan jag möter i omöjligheten och i livets skräck — förtvivlan och i den smärtan tog jag en snabb tillfällig reträtt till biblioteket och förlorar därmed för ett ögonblick relationen som relaterar, självet. Självet självklara pendlande relaterande rörelse mellan ansiktet och biblioteket i det absurda

¹⁰⁶ Hjertröm Lappalainen, 2008, s. 113.

¹⁰⁷ Ibid, s. 115.

¹⁰⁸ Kierkegaard, 1995, s.50.

ur resignationens smärta i ögonblicket där innebörden även bär betydelsen av att tänkandet upphör.¹⁰⁹ Det visste jag inte då, det enda jag visste var *ord blev kött*.

Skapande uppmärksamhet består i att verklig mening uppmärksamma något som inte finns.¹¹⁰

Några ord om uppmärksamhet – Weils attendre

Ett moment som jag överraskande nog inte explicit funnit i vare sig Kierkegaards, Oranges eller Sterns böcker men implicit i dem och som jag saknar är uppmärksamhet. Ingen av förmågorna jag tagit upp beskriver uppmärksamheten trots dess närvaro i raderna. *Ur* konsten att tiga äger väl uppmärksamheten ändå rum? Uppmärksamhet äger väl ändå rum i receptiviteten? För att förstå någonting alls behöver jag väl vara uppmärksam? Jag vill därför kort vända mig till den franska filosofen Simone Weil, en uppmärksamhetens filosof.¹¹¹ Weils tankar är inte främmande, för mig, inför Kierkegaards texter snarare tillför hon ytterligare en dimension i förståelse, receptivitet och utsatthet.

Uppmärksamhet består i att bromsa in tanken, hålla den i beredskap, tom och öppen för sitt föremål; i att kvarhålla – i tankens närhet men på ett lägre plan och utan kontakt med den [...]. Och framför allt bör tanken vara tom, liksom i väntan, icke sökande någonting, men redo ta emot sitt objekt i dess nakna sanning, det objekt som ska tränga in i den.¹¹²

Hennes två meningar i ovan citat både nålar fast mig ord för ord och frigör mig ord för ord. De blir som först en djup utandning, följt av en kort paus strax efter *och utan kontakt med den*, för att därefter följas av ett friskt nytt andetag. Ut med färdiga tankar och andra inre monologer (sinnesbedrägeriet) men håll tanken avvaktande *på ett lägre plan* utan kontakt med den, icke sökande någonting *men redo*. Weils uppmärksamhet visar på en, som jag skulle vilja beskriva, dimension av meningsfullheten djupt inkorporerad i att förstå, i att vara receptiv, tiga och vara där förtvivlans utsatthet äger rum.

Weil skrev sina verk på franska och jag är tyvärr okunnig i det franska språket så citatet blir en översättning. Men det jag vill lyfta fram är franskans, för det av betydelse och Weils

¹⁰⁹ Kierkegaard, 1995, s. 47–53.

¹¹⁰ Weil, Simone, *Väntan på Gud*, Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag AB, 2010, s.111.

¹¹¹ Enligt mig.

¹¹² Weil, 2010, s. 75.

attendre, från latinets *ad tendre*. *Attendre* och betyder: att vänta in, att längta efter.¹¹³ Weils uppmärksamhet och Kierkegaards tiggande bygger båda implicit på bönen. Det är en kristen hållning som har sin djupa innebörd i ett överlämnande till Gud. För att höra Gud behöver du tiggande, menar Kierkegaard. För att höra Gud i bönen behöver du vara uppmärksam på, sträcka dig emot och vänta in hans röst, menar Weil. Det jag anser viktigt är inte specifikt det kristna, genom bönen eller att lyssna efter Guds röst, utan hur jag tolkar Weils och Kierkegaards *attendre* och mottaglighet. Jag tycker mig se ett gemensamt rotsystem i deras tankar och det är Platons beskrivande dialog av Eros i *Gästabudet*.¹¹⁴ Både Weil och Kierkegaard skriver om kärleken till Gud men bygger upp kärlekshandlingen ifrån Platons tankar. Bland annat skriver Platon: [så] *Står han [Eros] mellan vishet och okunnighet*.¹¹⁵ Eros, som kärleken, står mitt emellan vishet och okunnighet och dras till dem båda genom sina medfödda sinnesanlag.¹¹⁶ Eros som genom dessa två, visheten och okunnigheten ständigt strävande åt endera. Hör ni här Kierkegaards själv som pendlande rör sig mellan mig, ansiktet och mig själv, biblioteket men som samtidigt är fri, självet — vishet och okunnighet, som gör Kierkegaards mottaglighet möjlig och Weils uppmärksamhet som väntar in visheten utifrån okunnigheten och visheten i okunnigheten genom sitt *attendre*. Passion och lidande. Med tillägget, genom Platon, att i dessa handlingar som en färdighet att lida, bor också kärlek. Uppmärksamhet *är* kärlek, menar Weil och jag tycker mig höra det även i Kierkegaards lidande — latinets *passio* uppmärksamhet, latinets *ad tendre*. Att stilla tiggande vänta in det som aldrig kan bokas i förväg.

Att det blev några ord och inte en större del av uppmärksamhet var upptäckten av dess lilla men absolut inte betydelselösa spunna tunna tråd genom förmågorna. En fördjupning i Weils uppmärksamhet tarvar på en egen essä och ryms inte i denna men väl att benämna — *l'attention c'est l'amour*. Och steget till att kunna lida, både ur ett kierkegaards- platoniskt- och weilsperspektiv är lidelse och lidande — eros.

¹¹³ Larsson, Kate, *Everything important is to do with passion*, doktorsavhandling (Uppsala, Uppsala universitet, 2009) s. 67.

¹¹⁴ Platon, *Gästabudet i, Skrifter. Bok 1*, Stockholm: Atlantis Förlag, 2016, s. 143–211.

¹¹⁵ *Ibid*, s. 185.

¹¹⁶ Eros mor var Penia, en fattig kvinna (okunnig) och guden Poros (visheten). Eros blev till på Afrodites födelsedagsfest därav är han Kärlek. Platon, s. 183–184.

Lidandets legitimitet för den lidande psykoterapeuten

Att jag inte har någon att tala med i förtvivlan kan bero på att just detta är en plats där jag behöver vara ensam.¹¹⁷

#

Hon har precis gått. Lämnat rummet. Jag sätter mig åter ner i min fåtölj efter att ha bokat in en ny tid och sagt hejdå till henne. Jag tar av mig glasögonen och tar mitt ansikte i mina händer. Upp över håret. Liksom masserar hela huvudet med alla dess delar: ögon, öron, munnen, näsan, håret och nacken för att försöka hitta vad? Balans? Lugn? Jag vet inte men det blir en form av försök till något av kontaktande med mig själv. Vad hände? Själsligen har gravitationen släpp mig ur sin hand och jag liksom flyter och svävar i mitt mottagningsrum. I tanken. Inom mig. I världen. Vad kan jag säga om det här? Vad hände? Egentligen vill jag bara gråta, bara gråta och släppa taget om att vara den som är stark. Den som väntas se, den som väntas allvetande om livets vedermödor

#

Den lidande psykoterapeuten är inte den empatitrötta psykoterapeuten. Den lidande psykoterapeuten är psykoterapeuten som vågar sin egen förtvivlans utsatthet. Den lidande psykoterapeuten är psykoterapeuten som bejakar och legitimerar lidande som sig självt genom sitt själv. Den lidande psykoterapeuten är inte heroisk eller storartad men äger det mod som krävs för att se det omöjliga, fasan, ångesten, livets ouppfyllbara önskningar och har en kunskap i att förmedla den öppenheten just genom förmågorna och färdigheten att lida själv.

Tunnelbanevagnarna gnisslar oavbrutet vidare över bron, de vulgära flygplansbukarna tillhör vardagsbilden med dess ljud då jag går över Riddarfjärden till min mottagning. Och ändå inte. Jag hör lite mer, jag ser lite mer, jag förstår lite mer, jag förstår lite mer att jag inte förstår, jag har ord för lite mer och jag förtvivlar i lidande lite mer och känner kraften i ordlösheten.

Essän har påvisat att lida är en färdighet som kan ge både en människa och en människa i en psykoterapeut möjligheter att se och att höra bakom och bortom sinnesbedrägeriets slöjor — de slöjor som bland annat förskjuter lidande in i en diffus tystnad dolt av medicinska förförande

¹¹⁷ Dahl, Alva, *Längans Flöde*, Bokförlag Syster Enbär, 2019, s.10.

ordslöjor uppspikade likt manifest på den psykiska ohälsans dörr. De slöjor som även förmedlar att en psykoterapeut behöver vara stark och ha ett batteri av tuvor, att känna egen förtvivlan och sakna svar är tecken på svaghet. Essän vill visa att den psykoterapeut som genom sin egen färdighet att lida är i stånd att både legitimera och bejaka ett lidande genom förmågorna förståelse, receptivitet och utsatthet med sitt sista tillägg som ger den färdighet som krävs; tigande. Jag hävdar idag att ögonblick eller stunder av tigande är revolutionärt och upproriskt för det betyder att se, att verkligen på djupet se utan att definiera, det har Kierkegaards texter visat. Det är där psykoterapeuten och människan i psykoterapeuten kan ta emot all den smärta och förtvivlan som ständigt rör sig i ett människoliv och som outtröttligt skjuter oss fram emot ännu fler förluster och ännu mer smärta. Men det är också där vi kan finna friheten, det är genom att våga den enskildes transcendens, att inte tjäna två herrar utan stå på stället tigande och öppen, baklänges in emot ett ögonblick. Att se. Att lida.

Den lidande psykoterapeuten legitimerar lidande och kan genom sin färdighet ge lidande sin rättmätiga plats i både professionen och i en mänsklig tillvaro. I början av essän visade ett citat att vi blivit sämre rustade inför ett lidande — jag tror snarare vi varit tvungna bli mindre sårbara och utsatta. Det är inte rustade vi behöver bli. Tvärtom är det modet att öppna upp oss inför vår skörhet. Om detta har händelsen och Kierkegaard lärt mig och för det är jag utesägligt tacksam. Något annat som framkommit för mig under skrivandet och läsandets gång och som tarvar ett vidare undersökande är frågan om hur sekulariseringen av vårt samhälle bidragit till att tysta lidande – om det vittnar Kierkegaards texter och min egen historia. Men det får som sagt, bli i en annan essä.

Källhänvisning

Adorno, Theodor W. i, Essä som form, i *Essä*, (red) Melberg, Arne, (Göteborg: Bokförlaget Daidalos AB, 2020).

Aristoteles, Bok VI ur Nikomachiska etiken, ur *Klassiska texter om praktisk kunskap*, (red) Hjertström Lappalainen, Jonna, (Huddinge: Södertörn Studies in Practical Knowledge, 2015).

Asplund, Johan, *Om undran inför samhället*, (Lund: Argos, 1970).

Augustinus, *Bekännelser*, Skellefteå: (Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag, 2010).

Aviv, Rachel, *Stranger to Ourselves Stories of Unsettled Minds*, (London: Penguin Random House, 2022).

Benjamin, Walter, *Passagearbetet Paris, 1800-talets huvudstad*, (Stockholm: Atlantis Bokförlag, 2015).

Berg, Bengt, *Handelsresande i nordisk vemod*, (Torsby; Heidruns Förlag AB, 1999).

Bornemark, Jonna & Svenaeus, Fredrik (red) *Vad är Praktisk Kunskap?* (Huddinge: Södertörn Studies in Practical Knowledge, 2014).

Cohen, Leonard, i, Dance Me to the End of Love, på musikalbumet *Various Positions*, 1984.

Dahl, Alva, *Längtans Flöde*, (Bokförlag Syster Enbär, 2019).

Davies, Charlotte Aull, *Reflexive Ethnography*, (New York: Routledge, 2008).

Eliot, T.S., *T.S. ELIOT DIKTER i svensk tolkning*, (Stockholm. Bonniers Förlag, 1987).

Engdahl, Horace, Den enskildes form, i *Essä*, (red) Melberg, Arne, (Göteborg: Daidalos Bokförlag AB, 2020).

Eriksson, Kate, (red) *Möten med lidanden*, (Åbo Akademin: Reports from the Department of Caring Science 4/1993).

Franzén, Carin, Om den passion som kallas kärlek, i *Att tänka smärta*, (red) Sá Cavalcante Marcia, (Huddinge: Södertörn Philosophical Studies 5, 2009).

Förtviflan <https://www.synonymer.se/sv-syn/förtviflan>

Gadamer, Hans-George, *Truth and Method*, (New York: Bloomsbury Academic 2021).

Goethe, Faust, citerad i Hejinian, *Det öppna och det säregna*, (Stockholm: Bokförlaget Lejd, 2015).

- Granström, Helena, *Det barnsliga manifestet*, (Stockholm; Ink Bokförlag, 2010).
- Gunnarson, Martin, (red) *Att utforska Praktisk Kunskap*, (Huddinge: Södertörn Studies in Practical Knowledge, 2019).
- Haegerstam, Glenn, *Den lidande människan*, (Skellefteå: Artos & Norma bokförlag, 2018).
- Hejninian, Lyn, *Det öppna och det säregna*, (Stockholm: Bokförlaget Lejd, 2015).
- Hjertström Lappalainen, Jonna, (red) *Klassiska texter om praktisk kunskap*, (Huddinge: Södertörn Studies in Practical Knowledge, 2015).
- Hjertström Lappalainen, Jonna, *Den enskilde – En studie av trons profana möjlighet i Sören Kierkegaards tidiga författarskap*, (Stockholm: Bokförlaget Thales, 2008).
- Holmes Jones, Stacy, Adams, Tony E., Ellis, Carolyn (editors) *Handbook of Autoethnography*, (New York: Routledge, 2013).
- Kierkegaard, Søren, *Fruktan och Båvan*, (Reboda: Nimrod Förlag, 1995).
- Kierkegaard, Sören, *Lilien paa Marken og Fuglen under Himlen*, (<https://tekster.kb.dk/text/sks-lf-txt-root> 1849).
- Kierkegaard, Søren, *Uppbyggliga tal i skiljaktig anda*, (Önneköp: Nimrod Förlag, 2013).
- Kierkegaard, Pålen i köttet, i *Fire Opbyggelige Taler*, (<https://tekster.kb.dk/text/sks-4t43-txt-root> 1843).
- Kierkegaard, Sören, *Sjukdomen till döds*, (Guldsmedshyttan: Nimrod, 1996).
- Kihlman, Erika, docent i latin vid Stockholms universitet. Mejlkonversation mellan Kihlman och författaren. (2022-11-01).
- Knausgård, Karl Ove, *Morgonstjärnan*, (Stockholm: Norstedts Förlag, 2020).
- Lag (1984:542) om behörighet att utöva yrke inom hälso- och sjukvården m.m. (Se Universitet och Högskolerådet).
- Lappalainen, Jonna, *Kierkegaard om konsten att leva sin utsatthet*, (Stockholm: Aiolos tidskrift & förlag, 2014. nr 46–47, s. 127–132).
- Larsson, Kate, *Everything important is to do with passion*, doktorsavhandling (Uppsala, Uppsala universitet, 2009)
- Lispector, Clarice, *Levande Vatten*, (Stockholm: Bokförlaget Tranan, 2007).
- Merleau-Ponty, Maurice, *Kroppens fenomenologi*, (Göteborg: Bokförlaget Daidalos, 2006).

Montaigne, Michel de, *Essayer Bok 1*, (Stockholm: Bokförlaget Atlantis, 2017).

Orange, Donna, *The Suffering Stranger*, (New York: Routledge, 2011).

Parkman, Sara, i, Jag ropar, (på musikalbumet *Vesper*, 2019).

Platon, Gästabudet i, *Skrifter. Bok 1*, (Stockholm: Atlantis Förlag, 2016).

Qvandt, Charlotte, poet. Författaren fick poemet på papperslapp i handen vid personligt möte. (2023-04-13).

Sá Cavalcante Schuback, Marcia Smärtans närhet och distans i *Att tänka smärtan*, (red) Sá Cavalcante Schuback, Marcia, (Huddinge: Södertörn Philosophical Studies 5, 2009).

Sá Cavalcante Schuback, Marcia, *Lovtal till Intet*, (Glänta Produktion, 2006).

Socialstyrelsen. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikkelkatalog/nationella-riktlinjer/2021-4-7339.pdf>

https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/dokument-webb/ovrigt/pm_begrepp-inom-området-psykisk-halsa.pdf

Stern, Donnel B, *Unformulated experience*, (Hillsdale: The Analytic Press Inc, 2003).

Svenaesus, Fredrik, *Homo Patologicus*, (Hägersten: TankeKraft förlag, 2013).

Svenaesus, Fredrik, Vad är praktisk kunskap, i *Vad är Praktisk Kunskap*, (red) Svenaesus, Fredrik, Bornemark, Jonna, (Huddinge: Södertörn Studies in Practical Knowledge, 2009).

Tokarczuk, Olga, *Björnens ögonblick*, (Knopparp: Ariel Förlag, 2014).

Weil, Simone, *Förtryck och Frihet*, (Umeå; h;ström – Text & Kultur AB, 2023).

Weil, Simone, *Väntan på Gud*, (Skellefteå: Artos & Norma Bokförlag AB, 2010).
Lagar och Förordningar