

JEG'ET, MEG'ET OG DEN ULTIMATE LENGSEL

EN EKSISTENSIELL TILNÆRMING
TIL DET GUDDOMMELIGE



Av Arthur Bolstad

Illustrasjon: Ingrid Rognstad

Isitt klassiske verk *Dynamics of Faith* fra 1958 forbinder Paul Tillich troens tilnærming til Gud med «the ultimate concern» – *det ultimate anliggendet*. Med dette begrepet sikter han imidlertid ikke primært til vårt forhold til Gud. Han oppfatter hignet mot det ultimate som et generelt trekk ved mennesket og forbinder det med selve troens glød som får mennesket til å overgå seg selv på alle felter. Det som således kjennetegner det ultimate anliggendet er, ifølge Tillich, viljen til betingelsesløst å hengi seg til noe som en oppfatter som større enn en selv, i troen på at en, gjennom dette, til sist vil kunne realisere et helhetlig, fullbyrdet liv (Tillich 1958:1-4). I den grad ens liv ikke *blir* helhetlig/fullbyrdet gjennom dette kan det da enten være på grunn av en feil som ligger i en selv, at en ikke nærmer seg det på den rette måten, eller feilen kan ligge i selve objektet, at det selv ikke *er* av ultimat karakter og at det dermed ikke er i stand til å tilfredsstillende lengselen. Tillichs oppfatning er at mye menneskelig lidelse oppstår på grunn av dette siste, at det ultimate anliggendets mål/objekt ikke korresponderer med det anliggendets art. Dersom troen da ikke er i stand til å løsrive seg fra slike ikke-ultimate objekter vil den til slutt måtte gå til grunne i en strid med elementer som ikke kan tilfredsstillende den (Tillich 1958:19-21).

Nå kan vi alle tvile på Guds eksistens, men når det gjelder menneskets higen mot det ultimate, dets ultimate anliggende, så er dette noe som, etter manges mening, karakteriserer det å være menneske.¹ Selv Sartre, som ikke trodde på Gud, hevder at «man fundamentally is the desire to be God» (Sartre 2003:587). I den grad det er slik, i den grad vi er en higen mot noe som kan kalles Gud, vil utfordringen vår uansett måtte bli å prøve å forstå oss selv som en slik higen, samt ut fra denne forståelsen å forsøke (om mulig) å kanalisere den inn i noe som i seg selv tar vare på den og tilfredsstiller den, i motsetning til noe som frustrerer og saboterer den. Både Sartre og Tillich er opptatt av dette temaet, men selv om utgangspunktet deres var det samme (hignet mot det ultimate) ble svarene deres veldig forskjellige. Andre svar finner vi i buddhismen og blant filosofer som Kierkegaard og Heidegger.² Det jeg vil gjøre i denne artikkelen er å kombinere ulike ideer og innsikter om dette, for derved å prøve å komme frem til min egen forståelse. Jeg har dessuten valgt å være optimistisk og anta at menneskets higen mot det ultimate vil kunne tilfredsstilles, noe som da må innebære at verden må være slik at en fundamental, ultimat erfaring i prinsippet er mulig.

Hva er det som gjør at det ultimate prosjektet avledes mot noe ikke-ultimat?

Jeg forutsetter da at det finnes en vei mot et uendelig til-

fredsstillende og fullbyrdet liv. Et spørsmål som da melder seg er hvorfor menneskelivet generelt avledes (slik Tillich hevder) mot noe som ikke *er* ultimat, som ikke kan gi det den tilfredsstillende det søker. I den grad vår tids vitenskap er av den oppfatning at alt som eksisterer er en uendelighet av endeligheter (objekter og hendelser), og i den grad denne oppfatningen har satt sitt preg på vår kultur, vil et opplagt svar være at mange av dagens mennesker vil føle at de ikke har noe valg, at det bare vil finnes avgrensede, endelige mål å engasjere seg i. Til og med når de prøver å gå helt opp i seg selv, det mest nærliggende, vil de fanges i endeligheter: Ifølge dette paradigmat vil nemlig mennesket være en psykofysisk organisme, og som sådan vil det ikke bare være begrenset temporært, men også bedømt ut fra estetiske og etiske verdier. I den grad menneskers ultimate prosjekt er å være helt og fullt seg selv, og dette kolliderer med livets endelighet og/eller etablerte normer, vil de følgelig måtte havne i eksistensielle dilemmaer.

Ifølge buddhismen stammer imidlertid den menneskelige tendensen til å kjøre seg fast i dilemmaer som dette fra den eksistensielle uttrykkeligheten jordelivet innebærer. Fornemmelsen av fare får en nemlig her til å knytte følelsesmessige bånd til ytre, avgrensede fenomener, noe som så, i neste omgang, danner grunnlaget for en tilsvarende begrenset idé om en selv, en idé som så forsterker uttrykkeligheten igjen og så videre og så videre (dette vil også måtte gjelde for vitenskapens aktører) (Brazier 2003:39; Brazier 2003:60-61). En litt annen oppfatning finner vi hos Sartre. For ham (som for buddhismen) er mennesket en ren eksistens, en fri intethet, men på grunn av angsten for, og ansvaret som følger med, det å være en slik ubegrenset intethet/frihet, vil mennesket generelt søke tilflukt i en idé eller et ønske om å være et begrenset *noe*, en tilflukt som vil ta form av et prosjekt rettet mot visse værender i ens verden (Sartre 2003).

I en verden som blir stykket opp på denne måten vil forestillinger som *Gud*, *fred* og *himmelriket* opplagt kunne inngå som viktige elementer, men i den grad verdenshaveren *selv* forbinder seg med noe avgrenset, vil altså alle forestillinger, inkludert disse, måtte bli avgrensede og begrensende. I den utstrekning mennesket reduserer seg selv tankemessig for så, på tilsvarende vis, å prøve å gripe Gud, vil altså selv ikke «Gud» lenger kunne tilfredsstillende lengselen som driver en.

Siden ens selvoppfatning er så pass avgjørende for ens ultimate anliggendes skjebne, må vi altså, for i det hele tatt å kunne nærme oss spørsmålet om det ultimate selv, først få avklart og eventuelt korrigeret/elimineret vår egen begrensende selvoppfatning. Følgelig vil jeg fokusere på dette temaet innledningsvis. Svaret på dette vil så i neste omgang

kunne åpne for noen tanker om det ultimate selv (det som kan kalles Gud).

Menneskets oppfatning av seg selv – Jeg'et og Meg'et.

Hvilke alternativer står vi så overfor når det gjelder vår egen forståelse av oss selv? Som man kan utlede fra mine referan-

Liksom øyet kan se alt det er konstruert for å se, men ikke seg selv, og liksom hånden kan gripe alt den er konstruert for å gripe, men ikke seg selv

ser til buddhismen og Sartre vil det her, etter min mening, være snakk om to hovedalternativer: Enten forblir en i større eller mindre grad et fritt, ikke-objektiverbart subjekt – det jeg vil kalle *Jeg* – eller så vil en, i tilsvarende

men motsatt grad, måtte oppfatte seg som et visst, eksklusivt objekt – det jeg vil kalle et *Meg*. Når det gjelder forholdet mellom disse to momentene vil jeg ta utgangspunkt i og argumentere for følgende tre påstander (som harmonerer med Sartre og buddhismen):

1. at bevisstheten/Jeg'et utgjør et epistemisk blindt punkt for seg selv.
2. at bevisstheten/Jeg'et er integrerende av natur.
3. at bevissthetens *Meg* (det vil si Jeg'ets objektivering av seg selv) tenderer mot å overstyre disse to momentene (det vil si at *Meg'et* vil tildekke bevissthetens epistemiske ubestemmelighet så vel som å sabotere dens integrerende livsutfoldelse).

Jeg vil begynne med å gi en nærmere redegjørelse for disse tre påstandene.

1. Jeg'et som epistemisk ubestemmelig (unntatt som Meg): At det er så vanskelig for oss å forstå vår egen bevissthet synes å ha sin grunn i det åpenbare faktumet at vi aldri kan få den fokusert i synsfeltet vårt. I den grad bevisstheten reflekterer over seg selv kan riktig nok en mental selvrefleksjon (et selvilde) fremtre for den, men dette bildet vil da nødvendigvis måtte bli transcendent i forhold til den selv (dvs. ikke sammenfallende). Følgelig vil all «kunnskap om selvet» måtte gjelde det *reflekterte* selvet (selvbildet) og ikke den reflekterende bevisstheten (Sartre 2003:8).³ Hva angår en annens bevissthet vil det være like vanskelig å få kunnskap om den som ens egen, men av en annen grunn: Om vi leter etter bevisstheten i den andres hjerne for eksempel, så kan vi finne mye rart, men dersom vi sier at noe av dette *er* selve bevisstheten så vil vi med en gang begå det som kalles en kategorifeil, det vil si at vi forestiller oss noe som i sin natur er subjektivt som objektivt/tinglig.

Vi har dermed det forholdet at der bevisstheten er oss

nærmest, dvs. i oss selv, der er den oss normalt også fjernest. Liksom øyet kan se alt det er konstruert for å se, men ikke seg selv, og liksom hånden kan gripe alt den er konstruert for å gripe, men ikke seg selv, så synes Jeg'et, det vil si. vår egen identitet/bevissthet, å være epistemisk utilgjengelig for oss. Bare en tilbøyelighet til å tro at vi er noe vi selv forestiller oss, det vil si. et *Meg*, vil kunne hindre oss i å innse dette, en tilbøyelighet som imidlertid ligger oss veldig nært.

2. Jeg'et som integrerende av natur (unntatt som Meg):

Den andre påstanden går ut på at selv om vi aldri kan få direkte kunnskap om hva vi er som bevissthet, er det likevel åpenbart at denne bevisstheten i sin natur er integrerende. Den integrerer, eller omfatter, for det første vår egen kropp. På samme måte kan bevisstheten hos fysisk handikappede så vel som normale integrere ulike hjelpemidler og verktøy i den forstand at de under bruk blir som erstatninger for, eller forlengelser av, ens egen kropp. Alle som er flinke til å bruke et eller annet redskap eller som er gode førere av et eller annet kjøretøy er det i kraft av å ha integrert disse objektene i seg selv. Generelt gjelder det dessuten at alle personer som er virkelig gode i en eller annen aktivitet, er gode i kraft av at de har integrert de ulike elementene i aktiviteten i den helheten de selv utgjør. Bevisstheten kan altså ikke bare integrere bruksgjenstander, men også ferdigheter. Man kan således integrere teaterroller, musikalske fremførelser og sportsprestasjoner. Selve de sosiale ferdighetene, det å fungere på en måte som er til glede for en selv og andre i sosiale sammenhenger, er også i stor grad basert på evnen til integrasjon. Kunsten her er å integrere ens eget materiale på en måte som gjør det kommuniserbart og dermed tilgjengelig og til nytte i det større fellesskapet en inngår i, samt at en evner å ta inn over seg og omsetter andres materiale på tilsvarende måte.

Nå er det en utbredt oppfatning at jo mer en evner å forstå/mestre og derigjennom integrere, desto rikere og mer meningsfylt vil ens liv måtte bli. I dette ligger det følgelig innebygd en retning mot noe som i prinsippet, og ut fra Tillich's forståelse av begrepet, vil bli ultimat, nemlig den ultimate integrasjon. Dersom man oppfatter Gud som en integrasjon av alt som finnes vil følgelig enhver ny integrasjon føre bevisstheten nærmere Gud. Det vil imidlertid uansett gjelde at vår tendens til å objektivere oss selv må unngås dersom vi skal kunne integrere mer av vår virkelighet. Bare ved selv å være en åpen intethet kan en ekspanderende integrasjon være mulig. Så snart *Meg'et* (*Jeg'ets* selvprojeksjon), dukker opp vil nemlig en slik integrasjon forstyrres. Bevissthetens forsøk på å overleve som et slikt intendent *Meg* er nemlig avhengig av at den beholder *Meg'et* slik det er og ikke integrerer det, eller lar det bli integrert i,

noe annet.

3. *Meg'et som Jeg'ets ultimate selv sabotasje*: Når det gjelder hvordan prosjektet mot det ultimate kan misoppfattes og komme på avveie så vil svaret, ut fra det ovenstående, bli følgende: Så snart en epistemisk eller ideal oppfatning av en selv (det vil si et Meg) oppstår og blir forsøkt fastholdt og realisert som det ultimate i forhold til en korresponderende idealverden, så vil denne oppfatningen innebære at det ultimate prosjektets natur går over fra å være integrerende til å være ekskluderende (det det vil ekskludere vil være Jeg'et selv, samt alternative oppfatninger av Meg'et). Fra da av vil prosjektet følgelig måtte frustrere og til slutt sabotere seg selv siden det per definisjon (siden Meg'et nødvendigvis alltid vil være transcendent i forhold til Jeg'et) aldri vil kunne sammenfalle med seg selv.

Hvordan oppstår Meg'et?

Når det gjelder hvordan Meg'et oppstår er dette noe som larter til å være hyllet i glemselens slør, siden selve dets fundament ser ut til å legges allerede i den tidlige oppvekstfasen, en fase som jo er utilgjengelig for vår voksne refleksjon. De tidligste klare minner vi har synes således allerede å forutsette Meg'ets eksistens siden det som regel nettopp er dette som utgjør det organisatoriske prinsippet i tilværelsen vår – i alle fall i vår voksne tilværelse.

Når det gjelder *hvorfor* Meg'et oppstår er imidlertid dette noe vi med en viss følelse av sikkerhet kan tenke oss til: Ettersom den verden vi kommer inn i er i konstant endring og dermed eksistensielt farefull/utrygg, kan Meg'et forstås som noe vi skaper og deretter knytter oss til for å oppnå eksistensiell trygghet. Buddhismens oppfatning av dette er da også at fundamentet for Meg'et legges i og med reaksjonene våre på det de kaller *dukkha*, lidelse, på det som for oss oppfattes som negativt, ubehagelig eller smertefullt (Brazier 2003:21-22). Vi har i pakt med dette en tendens til, helt fra begynnelsen av, å søke mot det vi liker i et forsøk på å sky unna det vonde og ubehagelige. Dette likelige, eller tanken på det, har nemlig den egenskapen ved seg at det kan distrahere oss fra det som er vondt og vanskelig, og dermed (ideelt sett) gjøre livet vårt tålig bra under alle forhold. I og med den måten vi således ordner og legger opp livene våre på langs denne skalaen av vondt/godt etablerer vi så, etter hvert, våre relativt unike livsvaner og tankemønstre. Disse personlige atferdsmønstrene blir så, i neste omgang, fødestedet for selvet/Meg'et (Brazier 2003:31-32). Ifølge Sartre vil Meg'et normalt aktiveres som et bevisst fenomen straks en møter det i en annens berømmende eller bedømmende blikk (Sartre 2003:294-295). Fra da av oppstår også det han kaller *den urene refleksjonen*, refleksjonen som har Meg'et

som sitt sentrale objekt.

Meg'ets bipolare natur

Selv om det er mye i vår kultur som virker (og er ment å virke) stimulerende på Meg'et, er det likevel åpenbart at dersom en vil gjøre det til det styrende prinsippet i alt en foretar seg, basert på det som fysisk og kulturelt stimulerer det, så vil en bli stoppet av fysiske og sosiale grenser (så vel som den prinsipielle umuligheten av noensinne å kunne sammenfalle med Meg'et). Når vi jakter på det som er fysisk behagelig/godt vil vi således til sist måtte komme til et punkt hvor det begynner å bli helt likegyldig for oss, eller til og med å gjøre direkte vondt (som når en spiser det beste en vet hver dag, eller en spiser så mye av det at en blir syk). Sosialt sett vil en kontinuerlig forfølgelse av det gode måtte gå på bekostning av våre medmennesker og derved vekke negative sosiale reaksjoner. Disse reaksjonene er de fleste av oss godt kjent med fra barnsben av, og ekkoet av dem, gjenlydende i våre medmenneskers blikk, kan bli en sentral hemmende faktor for Meg-orientert aktivitet i voksen alder.

Når først Meg'et har etablert seg kan det både stimuleres og hemmes, og kildene for slik stimulering/hemming kan som sagt være både fysiske og kulturelle/sosiale. Under innflytelse av denne stimuleringen/hemmingen vil så motsetningen jeg har nevnt, tilknyttet buddhismen, kunne oppstå: Det at det behagelige, det som stimulerer, etter hvert vil kunne utvikle seg til å bli en beskyttelse mot, eller distraksjon fra, det som kan oppleves som negativt og vondt. Dette vil da kunne føre til at negative reaksjonsmønstre og et negativt selvbilde/Meg-objekt oppstår og utvikles i bakgrunnen, i nøyaktig samme grad som en streber etter å få realisert det positive selvbildet/Meg-objektet. Selve intensiteten i ens jag etter det positive kan dermed like mye bli en flukt fra, eller et forsvar mot, det vi kan kalle Meg'ets skyggeside.⁴ I våre bestrebelser for å etablere oss selv i den jordiske virkeligheten synes vi med andre ord å utvikle en slags bipolar Meg-natur: På den ene siden har vi en slags skyggeidentitet/skyggeverden og, på den andre siden, en idealidentitet/idealverden som tjener til å beskytte oss mot denne.

Selve den måten Meg'et etableres og stadig reetablerer seg på ser da ut til, på grunnlag av Braziers og Sartres fremstilling, å ha karakter av å være et overlappende samspill mellom tre hovedmomenter: (1) en vag følelse av å utgjøre et visst mønster av tenke- og handlemåter, (2) en fornemmelse av, på dette grunnlaget, å fremtre som noe gitt (et visst Meg) for andre, og (3) antagelsen av at en, på basis av dette, utgjør noe gitt (et visst Meg) for en selv (enten i aksept av, eller protest mot, det en antar seg å være for den

andre). Disse tre stadiene kan så enten fremtre i en positiv eller negativ polaritet avhengig av om det er det ideale Meg'et eller dets skyggeaspekt som er mest fremtredende.

Den håpløse jakten på å realisere Meg'ets positive aspekt

Det problematiske med den formen for selvbevissthet det her er snakk om, med alle de tre momentene den manifesterer, og enten det er disses ideale variant eller skyggevariant som viser seg, er at den er basert på de to frasplittede Meg-aspektene. Den menneskelige selvbevissthet vil dermed aldri helt kunne anta en ren og enhetlig karakter. Enten man har en positiv eller negativ selvoppfatning så kan man derved aldri helt falle sammen med det man antar seg selv å være. Foruten de reale og sosiale grensene vil man altså i tillegg ha denne prinsipielle umuligheten av å bli det Meg'et man ser for seg, nemlig den at det alltid vil måtte forbli transcendent i forhold til en selv. Konsekvensen blir en konstant uavklart og utilfreds nåtidsbevissthet som, i og med opprettholdelsen av Meg'et, bidrar til å opprettholde seg selv som det Sartre kaller en *temporal diaspora*: på den ene siden som et fortidens skygge-Meg som en fortrenger/flykter fra, og på den andre siden som et fremtidens ideal-Meg som en drømmer om/flykter mot (Sartre 2003:159).

Både hos Brazier og Sartre finner vi imidlertid utsagn og indikasjoner som tyder på at Meg'ets skyggeaspekt etter hvert vil måtte innhente og undergrave dets ideale aspekt (Sartre 2003:94; Brazier 2003:25-26). De ideale målene en setter seg som Jeg-Meg-splittet vil nok i starten bidra til at skygge-Meg'et glemmes og holdes unna, men i den grad målene utvikler seg til å bli ultimate, og dermed blir mer eller mindre besettende, vil den avhengigheten som dette medfører måtte bryte en ned fysisk og psykisk – og med dette vil skygge-Meg'et være tilbake igjen for fullt. De vanene som her skapes blir nemlig vanskelige å bryte ut av siden selve det Meg-stimulerende forholdet som bryter en ned i neste omgang blir det en tar tilflukt i for nettopp å døyve og glemme ens prekære situasjon (Brazier 2003:22-24).

Dette dilemmaet ser ut til gradvis å måtte ta over og prege alle liv som er Meg-dominerte. En naiv, god tro på at ideal-Meg'et faktisk er realiserbart, ser således etter hvert ut til å måtte bli erstattet av det Sartre kaller den onde troen, den som innser at ideal-Meg'et er uopnåelig, men som likevel holder stand på grunn av at den er ute av stand til å se noe alternativ (Sartre 2003: 70-94). Når dette stadiet er nådd vil man ha blitt så stivnet i sitt atferdsmønster at man ikke lenger vil øyne noen annen utvei enn den blindveien som stadig holder det ved like (Brazier 2003:24). Det store spørsmålet blir da: Hvordan kan en slik ond sirkel i det

hele tatt brytes? Kan mennesket som det ultimate anliggendet det er i det hele tatt anta en form som faktisk lar seg realisere?

Det ultimate anliggendets ultimate offer

To eksistensielt avgjørende forhold later dermed til å prege mennesket: (1) Det at det i større eller mindre grad er seg bevisst som en lengsel mot det enhetlige ultimate og (2) det at det i større eller mindre grad er Jeg-Meg-splittet og i tilsvarende grad dras mot en realisering av denne lengselen gjennom Meg'et. Det er ut fra dette vi må forstå *offeret* som et historisk-kulturelt symbol eller ritual: Sartre mener det normalt er Jeg'et som blir forsøkt ofret her, at Jeg'et er en lidenskap som har som mål å ofre seg selv for at Gud i form av et altomfattende Meg skal kunne oppstå (Sartre 2003:636). Enten det gjelder drømmen om den store kjærligheten, den komplette frimerkesamlingen, den optimale sex-opplevelsen eller den altomfattende rusen eller maktrusen, er selve poenget for oss som Meg-orienterte at dette må bli noe som fyller hele vår fremtidige verden og hele vårt fremtidige vesen. I det øyeblikk disse to momentene går sammen og danner det Meg'et som er vårt mål, antar vi så at vi endelig vil realisere det ultimate – det vil si det som kan kalles Gud (Sartre 2003:587; Sartre 2003:618).

Det frustrerende med denne tilnærmingen til Gud er imidlertid at så lenge denne fremtidsdrømmen bevares og gis næring til så vil den per definisjon opprettholde splittelsen så vel som umuliggjøre sin egen realisasjon. Når Jeg'et til slutt innser dette kan det, i et siste desperat forsøk på å redde seg som det Meg'et det tror det er, gjøre selve lidelsen til sitt værensprøsjekt, men å realisere seg lidende vil selvsagt måtte bli like håpløst:

I wring my hands, I cry in order that being-in-itself [her: affektens etablerte normer], their sounds, their gestures may run through the world, ridden by the suffering-in-itself which I can not be ... But... my suffering suffers from being what it is not and from not being what it is... it escapes, separated from itself by nothing... (Sartre 2003:116).

Uansett hvor mange sorte messer mennesket holder for å prøve å ofre Jeg'et symbolsk, og uansett hvor mange mislykkede selvmord det tar, så viser det seg at Jeg'et og dermed også splittelsen vedvarer, og det uansett hvor fortvilet en måtte bli.

Den eneste gjenværende løsningen vil da måtte bli at det er *Meg'et* som må ofres, og da er det ikke bare tale om dets skyggeaspekt, men også dets ideale aspekt siden disse er komplementære sider ved ett og samme fenomen. Nå kan det se ut til at dette nettopp er et hovedanliggende for så å si

alle verdens religioner. I kristendommen er det Jesu død på korset som markerer seieren over Meg'et («egoet»). I buddhismens ulike varianter er det tale om det universelle intet (det vil si den epistemiske blindheten for en selv) som må ta Meg'ets plass. Målet er overalt å bli *ren* i sinn og tanker, det vil si å få rensket sinnet for Meg'ets forstyrrende innvirkning. Sannsynligvis må det være det samme som skjer i psykoterapien også i den grad klienter opplever fremgang i forhold til det som plager dem. I den grad menneskers problemer skyldes deres splittethet, det at inngrodde, selvdestruktive vanemønstre blir selve deres *identitet*, deres Meg, synes en grad av overgang fra et Meg-styrt til et Jeg-styrt liv å være den eneste måten å oppløse dette på, og det uansett i hvilken kontekst det måtte skje.

Det store spørsmålet blir da: Hvordan er et slikt prosjekt i det hele tatt mulig? Hvordan kan Jeg'et erstatte Meg'et når problemet nettopp er at det oppleves som tomt og så godt som ikke-eksisterende?

Overgangen fra en Meg-orientert til en Jeg-orientert eksistens

Fra et religiøst perspektiv: Vi er her kommet inn på det myste-riet som i kristen teologi kalles *omvendelsen* og de nevnte spørsmålene utgjør den store gåten her. Det er ikke til å komme forbi at personer som hovedsakelig er motivert av egoistiske interesser (og som således er Meg-orienterte ifølge min terminologi) faktisk *kan* endre seg radikalt (Paulus og Augustin er to kjente eksempler på dette). På en eller annen måte synes da Jeg'et å bli vekket/aktivert, noe som så i større eller mindre grad frigjør det fra Meg'ets herredømme. Kierkegaard skriver utførlig om denne prosessen i *Enten-Eller II*. Det er her snakk om en overgang fra det å ha sitt sentrum utenfor seg, til å ha det *i* seg; fra det å søke å gå fullstendig opp i en eller annen stemning, til det å velge en selv i ens evige gyldighet; fra det å ha pliktene og det allmenne individ utenfor seg, til det å ta opp i seg pliktene og derved selv *være* det allmenne individ; fra det å være estetiker til å realisere det etiske (Kierkegaard 1994:199, 213-214, 236, 244). **For noen personer kan den modulasjon av Jeg'et (nået) som her skjer være av en slik art at de opplever det som en inngripen fra Gud eller åndelige krefter (Kierkegaard taler således om åndens nedslag i sjelen i denne forbindelse, og uttrykket «født av den Hellige Ånd» er velkjent i kristen sammenheng).** Vi finner noe liknende også i andre religioner. I buddhismen (spesielt zen-buddhismen) fortelles det således mange historier om hvordan munket plutselig blir opplyst/frigjort når lærerne deres gjør eller sier noe helt uventet, noe som plutselig får dem til å våkne opp fra Meg'ets drømmeverden (Watts 1957). I hin-

duismens sentrale skrift *Srimad Bhagavatam* sies det at det er omgangen med «*boken Bhagavata*» (skriften selv) samt med den «*hengivne Bhagavata*» (en person som levendegjør skriften), foruten det å synge Herren Vishnus navn, som etter hvert kan åpne hjertet for guddommens personlighet og gi selvrealisasjon (Prabhupada 1984:2.19; Prabhupada 1985:3.24). Sartres begrep *den refleksive revolusjonen* henspiller på noe som i alle fall må være beslektet med den

reorienteringen vi finner i religionene (refererer til overgangen fra den urene til den rene refleksjonen), og det samme må sies om Heideggers «Væren-til-døden» som innebærer overgang fra inautentisk til autentisk eksistens (Heidegger og Holm-Hansen 2007:248-249).

Til tross for de mange oppsiktsvekkende historiene om dramatiske åndelige oppvåkninger kan det imidlertid virke som at det mest vanlige er at omvendelsesprosessen er en gradvis affære, en historie om mildere former for Jeg-aktivering kombinert med en lang rekke små seire i hverdagen som knapt noen andre enn hovedpersonen selv kjenner til. Noe som går igjen i de religiøse generaliseringene av det som her skjer er for øvrig at det kan skilles mellom to hovedtrinn i omvendelsesprosessen (trinn som for øvrig vil måtte gjentas i samme grad som Meg'et vender tilbake): Først kommer (a) selve viljen til å ofre/forsake Meg'et, og derpå (b) selve aktiveringen av Jeg'et. Disse to hovedtrinne finner vi f.eks. igjen i de to siste av buddhismens fire edle sannheter slik disse er blitt tolket av David Brazier (Brazier 1997: 89-104; Brazier 1997:121-125):

(a) Den tredje edle sannheten handler om nødvendigheten av å ofre «tørsten etter selvgjenskaping», det vil si tørsten etter å stadig på nytt gjenopprette ens orientering mot Meg'et og dets ideale sanselige livsbetingelser. Måten å gi opp denne tørsten på er å stoppe den meditativt, det vil si ved å trekke seg innover i en selv, inn i en fri intethet hvorfra en nøytralt observerer og dermed nøytraliserer impulsene fra Meg'et (Brazier 1997:110-112).

(b) Resultatet av denne nøytraliseringen er da, ifølge Brazier, at «den rette veien» (fjerde edle sannhet) åpner seg for en, det vil si den naturlige måten å være i verden på, den som integrerer de berømte åtte aspektene: Rett forståelse, rett tanke, rett tale og så videre (Brazier 1997:110-125). Adjektivet «rett» som brukes foran hvert av disse aspektene innebærer helhjertethet, det vil si fravær av det splittede

Uansett hvor mange sorte messer mennesket holder for å prøve å ofre Jeg'et symbolsk, og uansett hvor mange mislykkede selvmord det tar, så viser det seg at Jeg'et og dermed også splittelsen vedvarer, og det uansett hvor fortvilet en måtte bli.

Meg'et. Dette innebærer da at Jeg'et er blitt aktivert og har tatt over føringen.

Fra et psykologisk perspektiv: Sett fra et psykologisk synspunkt synes moduleringen av Jeg'et å være noe som eventuelt vil måtte skje i bakgrunnen idet en i tilsvarende større grad fokuserer på psykologiske forhold. Ut fra dette perspektivet vil nok den livsenergi som aktiverer eller revitaliserer Jeg'et dermed kunne bli oppfattet som stammende fra den energifloken som det bipolare Meg'et selv utgjør, et innfløkt kompleks som gradvis kan løse seg opp i løpet av den terapeutiske prosessen. Jeg'ets første funksjon som integrerende instans blir da rett og slett å integrere den livsenergi som hittil har vært bundet opp i dette overflødige systemet og som en dermed til nå ikke har hatt fri tilgang til.⁵

Et veldig godt eksempel på en terapi som fungerer på denne måten er den som går under navnet *Fokusering* og som er blitt utviklet av Eugene T. Gendlin (Gendlin 1978).⁶ Liksom den buddhistiske meditasjonen starter den med at

Dersom vi tenker oss et samfunn der hvert enkelt Jeg er selvrealisert, der bevissthetene har frigjort seg fra Meg'ets lenker, er det vanskelig å forestille seg at det her kan eksistere noe som peker seg ut som ultimat.

Jeg'et etablerer seg i et fritt indre rom. Herfra fokuserer en så på den såkalte *følte fornemmelsen* («felt sense») av det som til enhver tid er problematisk, og som vil måtte manifestere seg som ubehag/spenninger i kroppens psykofysiske system.⁷ Poenget er så å verbalisere den følte fornemmelsen, hva som ligger i den, så nøyaktig som

mulig. I den grad en lykkes med dette viser det seg at spenningene i tilsvarende grad skifter karakter eller avatar, at energien i dem etter hvert frigjøres, noe som fører til at en gradvis, etter gjentatte omganger med fokusering, blir friere og bedre i stand til å mestre livet.⁸

Gendlins metode er blitt tatt opp som et supplerende element i mange av de etablerte psykoterapiene⁹, og grundig forskning¹⁰ har vist at den vektlegger og trener opp selve det sentrale virkningsfulle element (et element som hittil stort sett har vært oversett) i alle former for psykoterapi, nemlig klientens evne til å fokusere på og arbeide med den følte fornemmelsen av det som for tiden opptar/plager ham (Hendricks 2001; Gendlin 1978:3-9). Gendlin hevder sågar at metoden kan skape mer effektiv fremgang på alle livets felter, siden den aktiverer den måten livet selv utvikler seg på.¹¹

Er en bro mellom de to perspektivene mulig?: Mange forskere har pekt på den nære forbindelsen mellom Fokusering og buddhistisk meditasjon.¹² Begge starter nem-

lig med å etablere dette frie, indre rommet. I buddhismen beveger man seg så innover i det åndelige domenet, mens Fokusering jobber med den livsenergi som er bundet opp i den psykofysiske kroppen. I den revitaliseringen av Jeg'et som her skjer kan det således se ut til at to ulike faktorer kan være involvert, nemlig en åndelig faktor tilknyttet Jeg'et på den ene siden og en psykologisk faktor orientert omkring Meg'et, på den andre siden. Noen ganger kan prosessen fremstilles på en ensidig måte, som når løsningsfikserte religiøse aktører bare snakker om det åndelige aspektet, eller når problemfikserte psykologer bare konsentrerer seg om det psykologiske. Men kanskje metoden Fokusering i kombinasjon med «mindfulness»-meditasjon (som begge er på vei inn i vestlig psykoterapi) sammen kan bidra til å bygge bro mellom disse to tilnæringsmåtene, mellom den vitenskapelige og den åndelige? I så fall kan det innebære et betydningsfullt fremskritt, ikke bare for den vestlige psykoterapien, men også for de religiøse institusjonene som er åpne for de psykologiske sidene ved det som her skjer.

Jeg'et og det ultimate

Det som synes å skje i den psykologiske og/eller åndelige reorienteringen er altså, ifølge det ovenstående, at Jeg'et aktiveres og, i større eller mindre grad, gjenvinner kontrollen over livet. Men vil en slik stabilisering av ens livssituasjon være nok? Kan dette egentlig tilfredsstillende lengsel mot det ultimate som drev en inn i jakten på den ideale Meg-realisation i første omgang? Kierkegaards oppfatning av dette er at det som her er oppnådd ikke kan være tilstrekkelig, at det etiske stadiet ikke fullt ut kan tilfredsstillende vekkede selvet. Grunnen er, ifølge Holgernes' tolkning av Kierkegaard i *Selvets Gåte*, at Jeg'et, i og med sin oppvåkning, er blitt berørt av ånden, og at dette, i kombinasjon med de farer og fristelser som verden ennå representerer, til sist vil måtte drive det inn i et mer inderlig forhold til det guddommelige (Holgernes 2007:157-165).

Det at dette faktisk kan være tilfelle er i grunnen forståelig. Dersom vi tenker oss et samfunn der hvert enkelt Jeg er selvrealisert, der bevissthetene har frigjort seg fra Meg'ets lenker, er det vanskelig å forestille seg at det her kan eksistere noe som peker seg ut som ultimat. Uansett hvor god en slik verden er å leve i, så vil jo også den, som Pär Lagerkvist sier det i et dikt, kun inneholde «stund ved stund og ting ved ting» i det uendelige (Lagerkvist 1921). Straks vi her vil gjøre én spesiell stund eller én spesiell type ting til det ultimate, til selve det vi satser alt på å oppnå og holde fast ved, så har vi på nytt skapt oss et ideal-Meg som vi for resten av livet vil måtte jage forgjeves etter. «All vår tragik ligger i detta enda,» konkluderer Lagerkvist et annet sted:

«livet är oss inte nog.» (Lagerkvist 1927: 30). Det at verden nettopp er full av mennesker som forgjeves forsøker å gjøre én spesiell tilstand eller ting til det ultimate synes således å være en indikasjon på at verden slik vi kjenner den ikke i seg selv er i stand til å tilfredsstillende vår lengsel etter et helhetlig, fullbyrdet liv.

Den eksistensielle løsningen på dette dilemmaet – finnes så den? I en verden hvor ingen ytre objekter, tilstander eller vesener kan bli målet for ens ultimate lengsel uten at de dermed blir ingredienser i en ideal Meg-verden som per definisjon er umulig å realisere, vil bare én enkelt løsning stå igjen: Det ultimate må befinne seg i dypet av en selv, i selve Jeg'et. Dette harmonerer da også med det som blir hevdet i mange av de religiøse tradisjonene, i alle fall i deres mer esoteriske varianter: Gud er det nærmeste som finnes, det som for oss er det inderligste av alt, Han er i oss alle som *den vi dypest sett både er og ikke er*. Zen-filosofen Nishida Kitarō kaller således Gud for den *ikke-relative andre*, og sier at vårt forhold til Ham best kan uttrykkes som en *selvmotsigende selvidentitet* (Kopf 2001:79). Ut fra dette kan vi aldri helt bli ett med Gud, men vi kan aldri noensinne bli atskilt fra Ham heller.

Den faktiske erfaringen av dette, som i buddhismen blir oppnådd i den meditative tilstanden som kalles *samadhi*, vil etter sigende måtte forandre både en selv og ens verden for alltid. Ens personlige verden vil nå ha fått et sentrum, et tyngdepunkt, som faller sammen med det universelle sentrum/tyngdepunkt, en innerste instans eller kvalitet som, ifølge dem som lever i realisasjon av dette, kan tilfredsstillende ens ultimate lengsel.¹³ Inkorporeringen av Guds ikke-relative annerledeshet vil således måtte få følger for hvordan en fornemmer selve verdens romlige karakter. Det sies for eksempel at en fra nå av vil kunne fornemme det ultimate i alt som eksisterer: Den ikke-relative selvmotsigende selvidentiteten (det at en både er og ikke er en selv så vel som noe annet) som karakteriserer ens forhold til Gud, vil nemlig nå også karakterisere ens forhold til alt som befinner seg i ens verden (Kopf 2001:113-116). Jeg'ets integrerende evne har dermed her antatt en helt annen karakter enn den jeg var inne på innledningsvis (samtidig som det integrerer det lavere opplever det nå at det selv er integrert i noe høyere) – og den avgjørende faktoren i denne endrede situasjonen sies altså å være denne instansen eller erfaringsdimensjonen som kan kalles Gud.

Det ultimate drama i et nøtteskall

En avrundende sammenfatning kan kanskje være på sin plass: Jeg har altså, i denne artikkelen, tatt utgangspunkt i den antagelse at bevissthet/Jeg'et er epistemisk ubestemt-

melig og integrerende av natur, med en innebygd higen mot det ultimate. Som følge av vanskelige menneskelige eksistensvilkår og andres dømmende blikk, vil imidlertid bevisstheten om noe negativt, om noe ved en selv og ved verden som ikke er som det skal, oppstå. I et forsøk på å glemme/tildekke skygge-Meg'et og skygge-verdenen som dermed har manifestert seg, vil Jeg'et skape seg en idealversjon av seg selv og av verden, en ideal Meg-verden, for så å prøve å gjøre denne til målet for sin ultimate higen. Dette prosjektet vil imidlertid måtte sabotere seg selv, og det av to grunner: Den ene er at de to aspektene av verden er umulig å atskille (siden de er sider av samme sak), og det andre er at Jeg'ets to Meg-aspekter er illusoriske projeksjoner og kan derfor aldri integreres (man må bare slutte å projisere dem). Etter at den ultimate lengselen til sist innser dette og dermed velger det ultimate offeret, det vil si forsakelsen av Meg'et, som utvei, vil så Jeg'et (den frie intetheten) bli aktivert og tre i virksomhet, eventuelt i kombinasjon med en åndelig oppvåkning.

I samme grad som Jeg'et nå, via en psykologisk og/eller åndelig prosess, klarer å avvenne seg fra Meg'et vil det bli i stand til å akseptere og integrere virkeligheten betingelseløst. Her vil imidlertid tilstedeværelsen av

andre, likestilte og til dels fiendtlig innstilte bevisstheter, verdens vilkårlighet og farer, samt ens egen tilbøyelighet til å falle tilbake til Meg-orienteringen, true bevissthetens nyvunne frihet og gjøre sitt til at det å få integrert det hele i en ny ultimat helhet nærmest blir umulig. En ny kritisk fase vil dermed bygge seg opp, og det vil til slutt bli påtrengende for den å få realisert en ny funksjonell totalitet for endelig å få erstattet den gamle, dysfunksjonelle Meg-modusen. Det som her oppleves å løse krisen er da at den *universelle Andre* («Gud») fremtrer i bunnen av Jeg'et for, fra nå av, å bli en mer permanent del av ens bevissthet. Hva verden ellers angår vil den nå måtte fremtre i lys av dette nye, indre sentrumet, siden dette «lyset» nå vil fornemmes i alle bevisstheter. Og med dette er det som av mange blir betraktet som det eneste virkelige alternativet til den Meg-orienterte hengivelsen kommet på plass. Fra nå av vil bevissthetens ultimate anliggende bli å få styrket den universelle, ikke-relative Andre i seg selv, for derved å bli mer lydhør for, og i stand til å gjøre sitt for å oppfylle, de behovene som verden som helhet har, for i samme grad som dette skjer vil den oppleve seg selv, så vel som verden for øvrig, som fullbyrdet.

I samme grad som Jeg'et nå, via en psykologisk og/eller åndelig prosess, klarer å avvenne seg fra Meg'et vil det bli i stand til å akseptere og integrere virkeligheten betingelseløst.

NOTER

¹Denne menneskets higen mot det ultimate finner vi for eksempel igjen i Slavoj Žižeks opptatthet av *det universelle* (et begrep han synes å bruke i samme betydning som Tillich's «det ultimate»). Jmfør artikkelen *Slavoj Žižeks on the dialectic of the universal and the particular* av Sead Zimeri i *Filosofisk Supplement* nummer 1, 2010. **Ifølge denne artikkelen vil for eksempel higer etter det universelle manifestere seg på det politiske planet som en frustrasjon over aldri å kunne komme frem til politiske løsninger som kan tilfredsstillende alle.**

²En sammenligning mellom Sartres og buddhismens ideer om bevissthetens fundamentale prosjekt kan en finne i undertegnedes masteravhandling, *Bevisstheten sett i lys av Sartres og buddhismens intethetsfilosofi*.

³Når jeg mot slutten vil snakke om bevisstheten (Jeg'ets) selvrealisasjon vil denne være av eksistensiell og ikke epistemisk art.

⁴En slående symbol på dette Meg'ets bakside er gitt i og ved Jungs arketyp *skyggen*. En samling sitater fra hans skrifter om denne arketypen er gjengitt på følgende webside: <http://psikoloji.fisek.com.tr/jung/shadow.htm>

⁵I dette avsnittet har jeg vel å merke nærmet meg psykologiens problemfelt ut fra det Jeg-Meg perspektivet på menneskets eksistensielle situasjon som jeg har valgt som utgangspunkt i denne artikkelen. Følgelig vil den måten jeg her formulerer meg på være litt fremmed i forhold til mer ordinære måter å se det på.

⁶Jmfør hjemmesiden til The Focusing Institute: <http://www.focusing.org/> og hjemmesiden til International Association for Focusing Oriented Therapists (AIFOTs): <http://www.focusingtherapy.org/>

⁷Kroppen er for Gendlin mye mer enn en isolert fysisk maskin: «Your physically felt body is in fact part of a gigantic system of here and other places, now and other times, you and other people – in fact, the whole universe. This sense of being bodily alive in a vast system is the body as it is felt from inside.» (*Focusing* 77).

⁸At dette er en terapi som er effektiv demonstreres av den store utbredelsen den har fått i de siste tiårene (cirka 1500 praktiserende terapeuter i over 50 land i 2005) og det store opplaget av boken *Focusing* (400 000 eksemplarer på 12 språk).

⁹Jmfør hjemmesiden til International Association for Focusing-Oriented Therapists, IAFOT: <http://www.focusingtherapy.org/index.html>

¹⁰En gjennomgang av 80 ulike forskningsstudier gis i artikkelen *Focusing-Oriented/Experiential Psychotherapy* av M.N. Hendricks (se litteraturlisten).

¹¹I *Vision statement for focusing action steps and projects* sier for eksempel Gendlin følgende: «Because Focusing comes from a new philosophy, it enables a fundamental different way of doing almost any activity. Focusing provides access to the experiential intricacy of one's situation, which generates new possibilities for carrying life forward. It also makes for empathic attitudes towards oneself and others and all forms of life. So it makes the world a better place.» (http://www.focusing.org/folio/Vol21No12008/31_VisionStatementTRIB.pdf).

¹²Om denne forbindelsen se for eksempel *On Focusing and Buddhism* av Barbara Chutroo (http://www.focusing.org/spirituality/chutroo_buddhism.html) og *Searching for the truth that is far below the search* av David Rome (http://www.focusing.org/spirituality/searching_for_truth_rome.html)

¹³Dette harmonerer for øvrig med Teilhard de Chardins visjon om mennesket som en kollektiv evolusjonær bevegelse mot det han kaller Omega-punktet. Se klassikeren *The Phenomenon of Man* (ISBN-10: 0061632651).

LITTERATUR

Brazier, C. 2003. *Buddhist psychology: liberate your mind, embrace life*, Robinson, London.

Brazier, D. 1997. *The feeling Buddha: a Buddhist psychology of character, adversity and passion*, Fromm International, New York.

Gendlin, E.T. 1978, *Focusing*, Everest House, New York

Heidegger, M. 2007, *Væren og tid* (oversatt av Holm-Hanssen), L, Pax, Oslo

Hendricks, M.N. 2001, "Focusing-Oriented/Experiential Psychotherapy". In: Cain, D. J, Seeman, J. (ed.) *Humanistic psychotherapies: handbook of research and practice* (http://www.focusing.org/research_basis.html). American Psychological Association, Washington, D.C.

Holgerne, B. 2007, *Selvets gåte: i lys av Søren Kierkegaards tenkning*, Høyskoleforlaget, Kristiansand

Kierkegaard, S. 1994, *Enten-eller*, Gyldendal, København.

Köpf, G. 2001, *Beyond personal identity: Dogen, Nishida, and a phenomenology of no-self*, Richmond, Curzon.

Lagerkvist, P. 1921, *Den lyckliges väg*, Bonnier, Stockholm

-----, 1927. *Det besegrade livet*, Bonnier, Stockholm

Prabhupada, A.C.B.S. 1984, *Srimad Bhagavatam : første bog : «Skabelsen» : med en kort redegørelse for Herren Caitanya Mahaprabhu's liv og lære samt med oprindelige sanskrittekst, omskrivning til latinske bogstaver, ordoversættelse, versoversættelse og udførlige forklaringer*, The Bhaktivedanta Book Trust, Los Angeles.

-----, 1985. *Srimad Bhagavatam : anden bog: «Den kosmiske manifestation» (første del - kapitlerne 1-6) : med den oprindelige sanskrittekst, dens latinske translitteration, synonymer, oversættelse og udførlige forklaringer*, The Bhaktivedanta Book Trust, Los Angeles.

Sartre, J-P. 2003, *Being and nothingness: an essay on phenomenological ontology*, Routledge, London.

Tillich, P. 1958, *Dynamics of faith*, Harper & Row, New York.

Watts, A. 1957, *The Way of Zen*, Pantheon, New York