

Individualism. På gott och ont, Spånga församlingsblad 2006

”Alla människor är skrivna av samma författare och vi är en enda volym... Ingen människa är en egen ö tillräcklig i sig själv. Och varje människas död förminskar mig eftersom jag är en del av mänskligheten. Skicka därför aldrig bud att veta för vem klockan klämtar. Den klämtar för dig.”

John Donne (Ingress)

”Vem är jag?”. (UR)

Frågan ställdes för tretusen år sedan i Jerusalem av kung David. Han var trängd, kritiserad och uppriktigt förvirrad. David har tagit för sig på andras bekostnad och hela tiden sökt sitt eget bästa som en antikens första hänsynslösa individualist. När han genom profetens liknelse om en rik och fattig man inser sin roll i dramat utbrister han: ”Vem är jag?”.

Tre millennier senare är denna fråga fortfarande aktuell och ständigt omformulerad. På min psykoterapimottagning möter jag den åtskilliga gånger varje vecka. Jag kallar den för *”Davids-frågan”*. När denna fråga blir aktuell för någon av oss, handlar den alltid om vår relation till andra människor. Som fråga är den viktig. Den som aldrig ställer den, har heller inte förmåga att leva i samspel med andra.

Det kan handla om en plötslig insikt att jag gör andra illa; Försummar barnen. Prioriterar fel med tid och arbete. För någon annan hör frågan samman om en brist i självförtroendet; Vem är jag i jämförelse med andra som ständigt tycks lyckas bättre än jag?

Frågan kan också vara en del i en egen frigörelse; Jag vill själv bestämma inriktning och smak i mitt liv. Men vem är jag egentligen? Hur vet jag att detta är mitt val, det som jag själv vill?

Denna tidlösa fråga har blivit en slags existentiell kompassriktning med vilken jag söker välja en kurs som tar hänsyn både till mig själv och min omgivning. Jag vill värna mig själv men också behålla gemenskap och solidaritet med andra människor.

Terapeuternas lättja (UR)

När frågan nu ställs, är det ofta i ett sammanhang som återspeglar vår egen tid. Vi befinner oss i resterna av flera årtionden då det individuella betonats, överbetonats och överdrivits. Politik, psykologi och religion kom att samverka i ett individuellt budskap; Du kan om Du vill! Du är centrum! Du har rätt och inget är omöjligt för dig!

Det är när dessa framgångskoncept inte längre förmår vägleda som frågan aktualiseras; Vem är jag egentligen? Detta samhälle har uppfostrat en hel ny generation efter ett individualistiskt framgångsrecept: Du kan bli vad du vill. Bevis för detta fanns att få i massmedias och veckotidningar ständiga askungesagor där någon blivit rik och lycklig genom val och karriär. När sedan samma samhälle inte har något att erbjuda i form av arbete, utbildning och meningsfull sysselsättning, är det den unga individen själv som får betala priset. På samma sätt övertygas vuxna människor att förverkliga egen tid, egna upplevelser och erfarenheter på ett sätt att det drabbar omgivningen, inte minst barn.

Terapeuter och rådgivare tycks ständigt vara beredd att ge rådet: ”Du måste tänka på dig själv”, oavsett om det är befogat eller inte. Egentligen tycker jag att många kollegor i mitt eget yrke ofta ger det rådet av ren lättja. Det är lättare att uppmana någon till självförverkligande och egen tid, än att våga gå emot, ifrågasätta och tala om eget ansvar. En stor del i vårt problem av överdriven individualism ligger i att terapeuter, konsulter och trendmakare vill komma med egna goda budskap och på så sätt själv vara populära.

Människor matas med krav och förespeglningar att de ska lyckas och att de har gränslösa möjligheter, samtidigt som dessa mål är omöjliga att nå.

Det gör dem både grandiosa och misslyckade på en och samma gång. Ur denna katastrof tvingas människor på nytt ta sig an frågan om sin egen identitet.

Det känns lite gnälligt att behöva påpeka det här. Men eftersom jag så ofta möter frågan ”Vem är jag” ställd med denna bakgrund, vet jag också att det förhåller sig på detta sätt.

Människan är ett flockdjur (UR)

Kognitionsvetenskapen, som utforskar människan inre värld med dess tankar och känslor, tvekar inte att beskriva människan som ett flockdjur. Vi är i ständigt behov av det kollektiva. Vår känslvärld är utrustad med signaler för att varna oss då vi hamnar för långt från gruppens gemenskap. Affekterna skuld och skam är ursprungliga redskap för att hjälpa oss till en plats bland de andra. Helt enkelt för att evolutionen funnit ut att vi behöver varandra för vår överlevnad. Eller som den engelske 1600-prosten John Donne formulerade det: ”No man is an island” (Ingen människa är en egen ö).

Biologerna ser hur vi människor beter oss som andra flockdjur när vi är rädda att förlora vår plats i flocken. Precis som hundar sjunker vi ihop, sänker huvudet och undviker ögonkontakt. (Katter har inte alls samma tydliga beteende, men så är de inte heller lika utpräglade flockdjur).

Det som också är gemensamt för människor och andra djur med behov av grupp och flock, är vår förmåga att känna omsorg och möjlighet att uppleva andras lidande. Jag själv som individ kan inte må helt bra, om jag inte samtidigt ser till och är angelägen om att andra individer har samma möjlighet.

Det överdrivet individuella beteendet har biologiskt sett ett lågt överlevnadsvärde. Ändå har vi omgett oss med denna tanke de senaste årtiondena och hyllat dess ideal. Konsten att leva har därmed blivit som en vacker kokbok i fyrfärgstryck. Vi ser på bilderna och äter med ögonen. Men resultatet på vår egen tallrik blir något helt annat.

Individualitet och omsorg (UR)

Det finns en god individualism. Det individuella och personliga är en gåva till människan. Den handlar om att vi kan uppleva vår egen historia. Och den är unik. Vi bär med oss en biografi, som vi kan reflektera över, minnas och använda oss av som grund för framtida beslut. Vi kan binda ihop vår livshistoria och skapa meningsfulla mönster utifrån den. Denna förmåga till reflektion och planering är unik för människan. När vi talar om god individualitet är det detta vi tänker på. Varje människa är en egen berättelse.

Med vår egen berättelse ska vi forma en kollektiv berättelse. Vi är samtidigt både människa och mänsklighet.

Den nutida individualiteten har tyvärr kommit att innebära ett övergivande av andra människor. Det är en individualitet på bekostnad av andra och gruppens gemenskap. Som sådan är den främmande för hur vi människor är skapade av Gud och som evolutionen mejslat ut oss.

Religion och individualitet (UR)

Religion, som kristen tro, har genom årtusenden sökt stå som en garant för att det individuella inte får ta plats på bekostnad av omsorg och medkänsla.

Samtidigt har det funnit en lockelse inom religionen att bli en del av det nutida överdrivet individualistiska samhälle. New Age har betonat det individuella på ett sådant sätt. Bibelns krav på kollektiv omsorg har då ofta omformats till uppmaningar att söka och vårda den egna personliga religiösa upplevelsen. Etiska bibeltexter om kollektivt ansvar omtolkas till privat positivt tänkande.

På samma sätt kan jag se ett ensidigt individualistiskt budskap i alla de böcker som nu skrivs om ökenfäder och eremiter från de första kristna århundradena. Vi respekterar deras ord som

djupa sanningar, formulerade från ett liv i total avskildhet. Men om inte dessa män tidigare levt i familj och haft arbeten där de mött människor och kommit i konflikt med andra, så hade de inte kunnat formulera en enda vettigt tanke till eftervärlden. Det var relationer till och med andra människor som gjorde dem kloka och visa, inte ensamheten i öknen.

Det är det kollektiva som gör oss omsorgsfulla och ansvarstagande. Vi bär dessa erfarenheter med oss som en egen individuell historia.

Vem är jag? (UR)

Under några årtionden tappade vi helt besinningen i denna fråga. Svaret blev alltför individuellt och personligt formulerat. Var och en skulle bli sin egen lyckas smed och se sina egna val som självklara rättigheter. Politiken, religionen och psykologin sjöng samma budskap: Du ska tänka på sig själv! Allt mer ställda inför konsekvenserna, inte minst den svåra ungdomsarbetslösheten, tvingas vi nu ställa oss frågan på nytt. Vem är jag? Svaret handlar om ett vi istället för ett jag. Det är gott att vara förankrad i en mänsklighet.

Jakob Carlander

Leg psykoterapeut